
学校的理想装备
电子图书·学校专集
校园网上的最佳资源
家 庭 医 疗 用 药 小 百 科
BOOK
内部资料 非卖品

家庭医疗用药小百科

内科疾病

细菌性痢疾

细菌性痢疾多由痢疾杆菌引起，多发于夏秋季节，传染途径为与痢疾病人或带菌者有密切的接触史或有不洁饮食史。本病起病急，症见高热、腹痛、腹泻，每天排便十余次或数十次，里急后重（肛门有排便的感觉，但又排不出）明显。重者伴有恶心，呕吐与脱水，排便初起水样，后排出脓血样便，量少，粘稠，鲜红或粉红色。

治疗

西药

可选用吡哌酸、氟哌酸、复方新诺明、四环素、土霉素、氯霉素、二甲胺四环素、强力霉素、庆大霉素、卡那霉素、氨苄青霉素、呋喃唑酮（痢特灵）、黄连素、止痢片、巴龙霉素等药物治疗。腹痛较重者，可服用阿托品、颠茄片，但有青光眼者禁用，可改用解痉平或胃欢等。对中毒性菌痢以高热、惊厥为主要表现者，可行物理降温，同时用 1%温盐水 1000 毫升流动灌肠，必要时加用安乃近。对躁动不安，反复惊厥者，可用复方氯丙嗪行亚冬眠疗法。儿童患者还可用水合氯醛保留灌肠。慢性菌痢急性发作者可按急性菌痢治疗，但疗程须适当延长。以肠道功能紊乱为主者，可选用复方苯乙哌啶（止泻宁）、乳酶生、异丙嗪、安定等治疗。

中成药

对起病急骤、畏寒发热、腹痛腹泻、里急后重、大便次数增多、大便初呈水样、继则便血混杂、再则尽为脓血、量少粘稠，肛门灼热不适者，可选用加味香连丸或香连化滞丸。对大便稀薄或夹有粘液脓血、时发时止或持续泄泻、日久不愈而腹痛绵绵、喜温喜按，伴食少神疲、脱肛等症状者，可选用桂附理中丸、四神丸、参苓白术散、附桂八味丸等。

验方

●黄芩、黄柏、炒地榆、炒仙鹤草各 15 克，炒山楂、炒麦芽各 30 克，车前草 10 克，白术 30 克。水煎服，日一剂，分两次服完。主治菌痢。

●炒白术、炒山药各 30 克，赤石脂 20 克，罂粟壳 10 克，车前子（包煎）15 克。水煎服，日 1 剂，分 2 次服。主治菌痢。

●石榴皮、地榆各 50 克。水煎服，日 1 剂，分 3 次服。主治菌痢。

●猪苦胆一个，绿豆适量。将绿豆装入苦胆内，待胆汁浸入绿豆后倒出，阴于口服，每日两次，每次 10 粒。主治菌痢。

●生姜 9 克、鸡蛋 1 枚。生姜捣碎打入鸡蛋相和蒸熟，空腹顿服，日 2 次。主治痢疾初起而兼有恶寒发热表证者。

●大黄 12 克、白酒 250 毫升。浸泡 1～2 日，去渣饮酒，每日 1～2 次，每次饭前饮 1 小杯。主治痢疾初起。

●绿茶叶 6 克研为细末、生鸡蛋 2 只。调匀炒熟。日服 2 次，连服 3 日。主治急性菌痢。

●山楂 30 克，红、白糖各 15 克，细茶 30 克。水煎服。主治痢疾初起。

●鲜马齿苋 1000 克，白蜜 30 毫升。马齿克用温开水洗净取汁，加白蜜调匀，1 次服下，日服 2 次。主治湿热痢（腹痛、里急后重、下痢赤白脓血，小便短赤，舌苔黄腻，脉滑数）。

●绿茶 100 克，醋 100 毫升。绿茶煎取浓汁 300 毫升，每次服 100 毫升，加醋 10 毫升热饮，每日 3 次。另取绿茶末 12 克，白痢以姜汤送服，赤痢以

甘草水送服。每日 3 次，症状消失后，连服 3 日，以巩固疗效。主治湿热痢。虚寒久痢者勿用。有失眠症者，晚上勿服。

●香蕉花 50 克，蜂蜜适量。将香蕉花捣烂，加蜂蜜调匀，开水冲服。主治急性茵痢。清热利湿，健脾止泻的功效。

●蚕豆 60 克，百草霜 30 克。蚕豆炒黄后与百草霜放锅内同炒，以起烟为度，再加米汤煎后服用，每日 1 剂。主治痢疾便血者。有益胃健脾，和中止泻。

●石榴皮、山楂各 30 克。水煎后，一次服下，日 2 次。主治急性菌痢里急后重者，有清热收涩止泻的功效。

●柿子 500 克。柿子洗净切片晒干，炒黄研末，每次 5 克，日服 3 次，开水送服。主治急性菌痢。有涩肠止痢的功效。

●柿蒂 200 克。柿蒂煅成炭，研为细末，每服 2 克，日服 3 次。主治痢疾之腹痛者，并治气泄。有健脾和胃，行气止泻的功效。

●扁豆花 60 克。扁豆花炒焦，水煎 2 碗，连服 2 次，第 2 日再眼 1 次即愈。主治痢疾初起。有健脾利湿，涩肠止泻的功效。

●大葱 100 克，牙皂 6 克，细辛 27 克，田螺 2 个，神曲 12 克。先将牙皂、细辛、神曲烘干，研为细末，再和大葱、田螺肉共捣成膏。取药膏适量，纱布包裹，压成饼状，敷神闭穴，然后用纱布覆盖，胶布固定，药干即换，病愈停用。主治湿热痢、噤口痢（噤口痢指下痢不能进食，或呕不能食者）。

●干姜 3 克，附子 4.5 克，葱白 2 根，粳米、红糖各适量。将干姜、附子共研为极细粉末，先用粳米煮粥，待粥煮沸后，加入药末、葱白及红糖同煮为稀粥。早晚各食 1 次。主治虚寒痢（下痢稀薄，带有白冻，甚则滑脱不禁，或腹部隐痛，食少神疲，四肢不温，舌淡，苔薄白，脉沉细而弱）。

●干姜 60 克。切如大豆大，每服 6～7 粒，米汤送服，每日 4 次。主治寒痢，痢下赤白粘冻，白多赤少，或纯为白冻，腹痛、里急后重，脘闷纳呆等症。

●鲜藕节 1 段，米酒 250 克。鲜藕节捣烂置杯或碗中，加入米酒，隔水蒸煮，饮酒食藕，或热酒调下。主治冷痢。

●煨姜、干姜各等份。共研细末，用醋、面调和为丸，每次 6 克，米汤送服，每天 3 次。主治寒痢不止。

●干姜、炙甘草各 15 克，葱白 60 克，附子 12 克。水煎去渣，早晚各服 1 次。主治寒痢不止。

●酸石榴 2 个，蜂蜜 30 克。石榴捣烂取汁，与蜂蜜调匀，温开水冲服。每天 2 次，连服数天。主治细菌性痢疾。

●白木模花 15 克，马齿苋 30 克。水煎，加食糖少许，代茶饮，连服 5～7 天。主治菌痢。

●苦楝子 10 克，大米 10 克。炒成炭，研成细粉过筛，每次以温开水送眼 1.5 克，一日三次。主治菌痢。

●苦参籽 50 克。上药研成极细的粉末，装入胶囊内，每粒 0·3 克。成人每服 1～2 粒，一日三次，儿童酌减。主治菌痢。

●黄芪、滑石粉、白沙糖各 50 克。黄蔑煎汤取汁，加入滑石粉和白沙糖，每晚临睡前口服。痢疾初起或体质强壮者，可不用黄芪汤，用白开水冲服后二种药。每日一次，连服 3～5 天。主治菌痢。

●野苏子（即铁苋菜）60 克。取其鲜全草，洗净捣碎，用纱布挤出液汁，

加少量糖服下，日 2 次。主治急性菌痢。有涩肠止泻的功效。

●中国槐花 60 克，焦山楂 30 克，红糖 120 克。取槐花炒炭存性，与山楂、红糖水煎后服下，日 1 剂。主治急性菌痢。有涩肠止泻的功效。

●芍药、鸡内金各 10 克，神曲 15 克。三者水煎半小时后服用，日 2 次，红痢加红糖，白痢加白糖，主治红白痢疾，腹痛，食积不下者。有补脾缓中，消食止泻的功效。

●红白鸡冠花各 15 克，红、白糖各 6 克。水煎半小时，每日早晚空腹服下，日 1 剂。主治赤自下痢。有涩肠清热止泻的功效。

●蒜苔帽 30 克，红、白糖适量。先将蒜苔帽加水煎熬半小时，再掺入糖和匀煎煮 10 分钟后，趁热服下，每日 1 次。主治赤白痢。有温中止泻。

●酸石榴皮 30 克，红糖 50 克。先煎石榴皮取汁，调入红糖温服，每天 1～2 次，连服数天。主治细菌性痢疾。

●生姜、肉豆葱各 6 克，粳米适量。生姜切碎，肉豆蔻研为细末，用粳米煮粥，待煎沸后加入肉豆蔻末及生姜，同煮为粥，早晚各服 1 次。主治虚寒痢。

流行性脑脊髓膜炎

流行性脑脊髓膜炎（简称“流脑”），是由于脑膜炎双球菌引起的急性呼吸道传染病，多由带菌者咳嗽，打喷嚏的飞沫传播，本病传染性强，多流行于冬春季节，多见于儿童，表现为高热、全身不适、乏力、咽痛和头痛，反复喷射性呕吐，烦躁不安或精神萎靡、嗜睡，甚或出现抽搐或昏迷。皮肤可见瘀点、瘀斑，重者可迅速发展为休克。幼儿可表现嗜睡、尖声啼哭、拒乳不食、呕吐、惊厥、前囟膨隆、紧张，甚而有痴呆、偏瘫等后遗症。

治　疗

西药

可选用的药物有磺胺嘧啶（同时用等量的碳酸氢钠）、复方新诺明、青霉素、氯霉素、氨苄青霉素等。另外，还应配合对症治疗，高热者应用物理降温（头部用冰袋或冷毛巾冷敷，全身用稀酒精擦浴），或用小剂量安乃近；惊厥、抽搐者可用 10%水合氯醛灌肠。应注意，镇静剂用量不宜过大，以免影响观察病情。神志昏迷者可用醒脑静。休克型、血压不升、中毒症状明显者，还可加用氢化可的松、氟美松等。

中成药

疾病初期，发热怕冷、头痛、全身不适、烦躁不安或嗜睡、口渴咽干、皮肤粘膜有出血点或瘀斑者，可选用银翘解毒丸或防风通圣丸。高热（40°C以上）、头痛剧烈、呕吐频繁而呈喷射样、烦躁谵语或神志模糊而昏睡、颈项发硬、抽搐、出血点较多者，可选用万氏牛黄清心丸或清瘟解毒丸。

验方

●大蒜适量。捣烂取汁，用开水配成 20%的溶液，成人每次服 20 毫升，4 小时 1 次，病重者 3 小时 1 次。主治流脑。

●樟脑霜、葱白汁各适量。拌和，1 日 3 次涂鼻孔。预防流脑。

●生大蒜。每天嚼吃 2～4 瓣，连吃数天。主治流脑。

●钩藤、瓜蒌仁（打）各 10 克，桑叶、菊花各 7 克，贝母、炒栀子、天竺黄、秦艽、黄芩各 5 克，胆南星、炒僵蚕、枳壳各 3 克，牛黄清心丸 1 粒（泡）。每日 1 剂，水煎分 3 次服，主治流脑。

●犀角、竹叶各 3 克，丹皮、黄连各 4.5 克，生石膏 24 克。钩藤、僵蚕各 6 克，银花、元参各 12 克，生石决明、莲子芯各 9 克，蛇胆陈皮末 2 支（另冲），每日 1 剂，水煎服。主治流脑。

●苦瓜根三个，红糖 30 克。将苦瓜根捣烂取汁，加红糖，用开水冲服，连服数次。主治流脑。

●红色浮萍 30 克，冰糖 60 克。将浮萍洗净去梗，煎汤加冰糖，当茶喝，日服数次。主治流脑。

●石膏 24 克，龙胆草 9 克。水煎服，可连服 3～4 次，每次不拘量。主治流脑。

●马齿苋 60 克，石富蒲 12 克。水煎服，服时可加红糖。主治流脑。

●青蒿 6 克，贯众 15 克，甘草 3 克。水煎，每次服一茶碗，每日 2 次，可连服 2～3 天；患儿酌减。主治流脑。

●菊花 9 克，龙胆草、天麻、黄芩各 6 克。煎汁，冲玉枢丹 1.5 克，内服。每日 2～3 次。主治流脑。

●龙胆草 1.5 克，生地 12 克，川连 1.5 克，菊花、紫金锭各 9 克。水煎

服，每日 1 剂，分 3 次服，主治流脑。

●皂矾 60 克。将皂矾放在新瓦片上，于木炭火上煅至红透，待冷后取下研成细粉，装瓶备用。每取适量用吹药器或麦秸管吹入患者鼻内，待鼻孔中流出红色鼻涕即可收效。主治流脑。

●黄柏 15 克，黄连 12 克，黄芩 9 克，大黄 12 克，山栀 15 克。加水煎至 100～150 毫升，一般内服，如有昏迷等可改行鼻饲法，每隔 8 小时服 1 剂或 1/3 剂，直至症状、体征消失。主治流脑。

●蒲公英 100 克，银花、连翘各 50 克，辛夷、蝉衣各 25 克。上药加水 1000 毫升，煎至 320 毫升，分 8 次服，每 3 小时服 30 毫升；1 岁以下的婴儿每 3 小时服 20 毫升。主治流脑。

●贯众、大青叶、大蒜、生石膏各 30 克，龙胆草、钩藤、连翘、知母各 15 克，明雄黄 3 克，甘草 6 克。上药加水 1200 毫升，文火煎成 600 毫升，每日口服 300 毫升，6 岁以下每日 200 毫升，分 2 次服。6～8 天为一疗程。主治流脑。

●生石膏 60 克，金银花 12 克，鲜芦根 60 克，大青叶 15 克，胆草 6 克，黄芩、黄柏、栀子各 9 克，连翘 1 克，板蓝根 9 克，薄荷叶 3 克。水煎服，每日 1 剂，分 2 次服。主治流脑。

●鲜荸荠 10～20 枚，生石膏 15 克。将荸荠洗净去皮，和生石膏一同入砂锅内水煎，倒出药汁代茶饮，日可数次连用 3 日。清热解毒，有预防流行性脑膜炎的作用。

●大蒜瓣 60 克，野菊花 30 克。将上药入砂锅中加水适量，煎成浓药汁，用作漱口。每日数次，连用数日。清热解毒，可预防流行性脑膜炎。

●莲花 6 克，粳米 50 克。采莲花宜于 6～7 月，以含苞未放的花苞或开放的花为最好。将花放于背阴处阴干，研成细末备用。先将粳米按常规煮作粥，粥好时撒入花末调匀，再煮一沸即可。空腹食用，日 1～2 次。清心散热，治疗脑炎热盛神昏。

●橄榄 6 枚，萝卜 250 克。将二味洗净，萝卜切成片，与橄榄一同水煎 30 分钟，滤汁当茶频饮。日可数次。流行性脑膜炎。有清热解毒，凉血平肝的功效。

●黄藤 500 克。上药加水 2500 毫升，煮沸 30 分钟即可。每次服 1～3 匙，日服 2 次，也可取少量喷鼻、喷喉。消热解毒，可预防流行性脑脊髓膜炎。

●云母石 15 克（先煎），贯众、连翘各 30 克。加水适量，煎至 120 毫升，一日分二次口服。5 岁以下儿童每日服 80 毫升，分二次服。均服至体温正常，体征消失 3～4 天方止。主治流脑。

●黄柏 30 克，甘草 12 克。上药加水 400 毫升，煎至 100 毫升，口服或灌肠。口服，每日 3 次，每次 30 毫升，5 岁以下小儿，每次 20 毫升；灌肠，每 6 小时 30～50 毫升保留灌肠。主治流脑。

●银花 25 克，菊花、竹茹各 10 克。上药水煎 20～30 分钟，滤汁饮用，日 2～3 次。主治流脑。有清热解毒除烦的功效。

●腊梅花 10 克，荸荠 30 克，大青叶 15 克。将荸荠洗净切片，与其它 2 味药加水适量煎煮，滤汁饮用。每日 2～3 次，连用 3～5 日。清热解毒，可预防流行性脑脊髓膜炎。

狂犬病

狂犬病是人被狂犬咬伤后产生的脑部神经状态改变的一种传染病，由唾液传染。首先有全身不适和恐惧感，后转为狂躁，全身肌肉痉挛，流涎多，高度恐惧。最终因呼吸困难及心脏功能不全而死亡。整个过程约 3～5 天。

治疗

验方

●七星剑 15 克，米酒适量。七星剑全草 15 克（鲜品加倍），水一碗，煎微沸，入米酒再煎沸，不宜久煎，去渣候温备用，乘热顿服，每日 2～3 次。药渣敷患处，首次量宜大，症状好转可稍减。主治恶物伤人（癫狗、毒蛇等）。

●苍耳茎叶 30 克，黄酒 3 杯。上一味加酒 3 杯煮，去渣饮酒，温分 3 服，每日 2～3 次。主治狂犬咬伤。

●鲜野烟叶一把，红酒 1 杯。上一味捣烂绞汁 1 匙，和红酒 1 杯顿服，主治疯狗咬伤。

●四味解毒饮。初咬时，在咬处针刺出血，或用药筒拔毒，另用葱白 100 克，生甘草 15 克，煎洗患处。并以斑蜜 1～2 个（去翅足，用糯米炒后去米），滑石（水飞）50 克，雄黄 4 克，麝香 0.8 克，共研细末，每服 4 克，温酒调下，不思饮食者以米汤送服。用于狂犬咬伤。

●抽搐时，可用蜈蚣二条，焙黄研末，烧酒少许调服。用于狂犬咬伤。

●毒发时，用雄黄 4 克，麝香 0.4 克，酒调灌服。并常服杏仁，预防毒气攻心，用于狂犬咬伤。

●透骨草 250 克，黄酒 120 毫升，白糖 120 克。将透骨草炒黑，加水 5 碗，煎至 2 碗，过滤去渣，再加黄酒、白糖，口服，日 1 剂，以汗出为度。主治狂犬咬伤。

●地榆 250 克，生黄豆 6～7 粒。地榆置砂锅内加水煎煮 40 分钟。每隔 3 小时服药液 300 毫升。眼药 3 日后，将生黄豆放口内嚼吃不咽，如觉有豆腥味为犬毒已尽，甜味则是犬毒未尽，可继服 1 剂。主治狂犬咬伤。

敷贴法

●葱白、马蔺根各适量。葱白捣烂取汁，马蔺根研为细末，候用。先用葱汁洗净咬伤处，旋即用药末敷之。主治狂犬咬伤。

●生姜适量。先以人尿洗净咬伤处，再嚼生姜涂之。主治狂犬咬伤。

●葱白适量。嚼烂敷咬伤处，包扎固定。每天换药 2 次。主治狂犬咬伤。

●干姜适量。研细末，每服 3 克，温开水送下，每日 3 次，再彻底清洗伤口，将姜末炒热，用布包裹，熨于患处。主治狂犬伤人。

●葱白 49 根、蜂蜜适量。共捣如膏，清洗伤口后外敷，并予包扎，每 7 天换药 1 次。主治狂犬咬伤。

流行性乙型脑炎

流行性乙型脑炎多发生于炎夏盛暑及秋季，病原体为乙型脑炎病毒。简称“乙脑”。乙脑患者约 2/3 有意识障碍、轻度倦睡乃至深度昏迷，病情较凶险，发病急。高热、昏迷、抽搐为三大特征。可伴有头痛、呕吐、嗜睡等症状，少数病人病情恢复后，可遗留精神障碍、智力减退、四肢强直等现象。

治　疗

验方

●活蚯蚓 100～200 克。蚯蚓用冷水洗净，每 100 克加水约 50 毫升，炖汤内服，每日 1 剂，炖服 2 次。30 天一个疗程。

●僵蚕、蝉蜕、天竺黄，石菖蒲各 10 克。数药共研为细末，以温开水冲服，每次 2 克，一日 3 次。主治乙脑。

●防风 10 克，钩藤、僵蚕、白蔽、炒瓜萎皮各 30 克，天竺黄 15 克，生石膏 60 克，蝉衣 4.5 克。每日 1 剂水煎，分 2 次服。主治乙脑后口吃。

●扁豆 20 克，银花 30 克，牛蒡子 15 克。上药共入砂锅内加水 500 毫升，水煎 20 分钟，过滤，二煎 15 分钟，去渣取汁，两煎汁混合，分早中晚 3 次饮服，每日 1 剂，连服 5 日。主治流行性乙型脑膜炎。有清热解毒利湿的功效。

●西瓜汁 1000 克，白糖适量。将西瓜洗净，取瓤绞汁，加白糖，大量饮之。主治乙脑抽风。有清热消烦镇静的功效。

●水牛角 120 克，石膏 60 克，板兰根 40 克。将三者入锅内加水 500 毫升，煎至 250 毫升，饮之，一日 2～3 次。主治乙脑高热、鼻衄、大便潜血等症。有清热凉血，解毒止血的功效。

●松叶 12 克，低度白酒适量。将松叶洗净切成 2 寸长侵泡在酒中，煎煮 10～20 分钟，每次饮药酒 30～50 毫升，日 1 次。祛风燥湿，治疗预防乙脑。

●生石膏、金银花各 15 克，连翘 10 克，蚤休 6 克，板兰根 25 克，黄芩 9 克。水煎服，一日一剂，分 3 次服。主治乙脑。

●金银花 15 克，连翘 9 克，生石膏 25 克，黄苹 10 克，板兰根 15 克，川黄连 6 克，大青叶 15 克，鲜生地 15 克，丹皮 10 克。水煎服，一日一剂，分 4 次服，主治乙脑。

●连翘 10 克，大青叶 10 克，薄荷（后下）3 克，银花 12 克，桑叶、菊花各 10 克，香薷 6 克，芥穗 3 克，豆豉 3 克，芦根 12 克。水煎服，一日一剂，分 3 次服。主治轻度头疼，无汗或微汗、嗜睡、恶心呕吐、轻度脑膜刺激者。

●花粉 10 克，生石膏 30 克，知母 10 克，寒水石 15 克，黄芩 10 克，黄连 3 克，羚羊粉（冲服）0.6 克。水煎服，一日一剂，分 3 次服。主治头疼、烦躁、口渴或胸闷、恶心呕吐、神志不清、反应迟钝、惊跳。

●黄连、黄芩、炒枳实、通草各 3 克，法半夏、竹茹、茵陈、杏仁、厚朴各 6 克，菖蒲、生姜各 4.5 克，每日 1 剂，水煎服。主治乙脑。

●鲜地龙 100 克。加水 500 毫升煎，30 天为 1 疗程。小儿用量 100～200 克/次。主治 6 个月内的乙脑后遗症患者。

●藿香、佩兰各 10 克、六一散 12 克、生石膏 30 克、金银花、连翘、竹叶各 10 克。水煎服，1 日 1 剂。主治乙型脑炎。

●银花、大青叶、生地、白茅根各 30 克，连翘、黄芩、赤芍、生大黄、

玄明粉（冲）各 15 克，黄连 10 克，黄柏、山栀子、丹皮、知母各 12 克，生石膏 90 克，龙胆草、生甘草各 6 克。浓煎至 200 毫升，一般 3 岁以下每次服 30 毫升，3～6 岁每次 40 毫升，6 岁以上每次 50 毫升，若用于成人每次 100 毫升，每日 4 次，每日 2 剂。口服困难者，可鼻饲给药。主治乙脑。

敷贴法

●控涎丹、生栀各 25 克，面粉 100 克。将上二药共研为细末，加面粉和适量水做成圆饼状，贴于胸部，一日 3～5 次，直至病愈为止。主治乙脑、热痰壅盛。有清热化痰开窍的功效。

●葱白 2 根，生姜 20～30 克。将上药洗净切碎，并捣烂如泥，敷于关元穴，每日 4 次，病愈即停。通阳行气。主治乙脑尿闭。

点滴法

●生石膏 120 克，肥知母、京赤芍、粉丹皮、九节菖蒲、生军（后下）各 10 克，大生地、僵蚕各 15 克，双钩藤 12 克，全蝎 3 克。将每剂浓煎成 500 毫升，装入灭菌空瓶内，加入 10 毫升防腐剂，冷藏备用。采用开放式输液法，将针头换成导尿管，3 岁以上患儿每日 1 剂，3 岁以下酌减。1 剂均分为 2 次直肠点滴，每次间隔 6～8 小时，重症者 1 日 2 剂，6 小时 1 次，患儿取左侧卧位，双膝稍屈曲，臀部垫以治疗中，液体石蜡油润滑导管后插入肛门 15～20 厘米，胶布交叉固定，滴速 30～50 滴/分，点滴完毕后更换体位，使药液充分吸收，待热退、痉止、清醒后 2～3 天停药。主治乙脑。

●香蕉根（洗净、榨干）500 毫升，蜂蜜 30 克。将上药混匀、鼻饲点滴，保持每分钟 5～10 毫升。出现稀便后，停药。主治乙脑神志昏迷者。

灌肠法

●紫雪丹 2 克，鲜生地、大青叶、生石膏各 30 克，石菖蒲 9 克。将上药煎汤，肛灌给药，分 6 次灌完，2 周为 1 疗程。主治乙脑伴惊厥、昏迷者。

疟 疾

疟疾是由疟原虫即疟蚊媒介传播的地方性传染病。可分为间日疟、三日疟、恶性疟和卵形疟四种。其传播途径主要是通过感染蚊的叮咬，少数可因输血传播。部分病人发作有规律：可先有全身不适，怕冷、头痛，后见高热、面红、恶心、呕吐、全身疼痛、乏力、烦躁，最后大汗降温。

治 疗

西药

为控制本病的发作，可选用磷酸氯喹、盐酸氨酚喹啉、奎宁、阿的平、环氯胍；为防止复发，可用磷酸伯喹；休止期为抗复发，可用乙胺嘧啶与伯喹联合治疗。对上述药物耐药的病人，可选用磷酸羟基哌喹、磷酸咯萘啶（疟乃停）、复方硝喹片、盐酸甲氟喹等。对凶险发作的治疗，可选用高效快速抗疟药，如：青蒿素（黄花蒿素）、磷酸咯萘啶、磷酸咯啶、脑疟佳、二盐酸奎宁、磷酸氯喹等。若病人红细胞缺乏，须禁用伯氨喹啉；孕妇疟疾患者不宜用奎宁及伯氨喹啉，可换用氯氨喹或环氯胍。另外，剧烈头痛者可用阿司匹林或磷酸可待因；贫血者，可用硫酸亚铁治疗。

中成药

反复发作不止、体壮痰湿者，可用疟疾丸或截疟七宝丹（七宝散）。有肝、脾肿大者，可用鳖甲煎丸（孕妇忌服）。

验方

●蜂蜜 15～30 克，白酒 150 毫升（根据各人的饮酒量酌情增减）。发作前 10～60 分钟服用，如发作时间掌握不准，可在发作当日连服三次。主治疟疾。

●鲜水蜈蚣草 30 克（干品 6～9 克）。洗净，加水 400 毫升透煎，于发作前 1 小时与应发作时 2 次服，一日一剂，连服 3 日。主治疟疾。

●雄黄 0.3 克，六一散 2 克。上药混匀分 2 包，于发作前 2 小时调服一包，4～6 小时后服第 2 包。主治疟疾。

●醋炙鳖甲、黄酒适量。鳖甲研末，每次 3～9 克，每天 3 次，调黄酒服下。连服 2～3 天。主治疟疾，热多寒少，汗出不畅，口渴。

●独头蒜 7 个，米酒适量。蒜捣烂，用热酒冲服。每天 2 次，连服数天，主治疟疾，热少寒多，口不渴，神疲体倦。

●白胡椒 20 粒，米酒 60 毫升。白胡椒打烂，炖热后冲米酒饮用。主治寒少热少之疟疾。

●常山、草果、丁香各少许。用上好白酒煎诸药半茶杯，煎数滚薰鼻孔。主治疟疾。

●蜂蜜 30 克，白酒适量。蜜置杯中，滴入白酒 3 滴，开水冲服。疟疾发作前 1 小时服用。主治疟疾。

●乌贼骨粉 3 克，白酒或黄酒 10 毫升调和，一次服完。主治疟疾。

感 冒

感冒俗称“伤风”，是最常见的疾病，由病毒或细菌传染引起。感冒可分为普通感冒和流行性感冒两种，普通感冒是多由病毒引起的上呼吸道感染；流行性感冒是多由流感病毒引起的呼吸道传染病。症状为发热、头痛、鼻塞、流涕，咳嗽、打喷嚏、咽部干痒作痛等，伴有头痛、四肢倦怠、肌肉酸痛、胸部憋闷、咽痛或有异物感。流感病人多伴头痛、高热、寒颤、畏寒、不思饮食、结膜充血等。

治疗

西药

有鼻塞者可用 l%麻黄素滴鼻液或鼻眼净滴鼻；咽喉疼痛可用碘含片、薄荷含片、溶菌酶含片、四季润喉片等含服；有头痛、发热时可选用 APC 片、扑热息痛、安乃近、阿司匹林等。使用速效感冒胶囊、感冒通、感冒清、康泰克等复方药剂治疗，对普通感冒的效果很好。另外，流感还应加用抗病毒药物，如金刚烷胺盐酸盐、复方吗琳胍、病毒灵等，并可加用苯海拉明、扑尔敏等抗过敏药物。

中成药

发热怕冷、头痛、鼻塞、流清涕、打喷嚏、咳嗽、痰稀白、浑身酸痛、不出汗、口不干、小便清长者，可选用藿香正气丸、小儿四症丸、感冒宁、伤风止咳糖浆。发烧、头痛、流黄鼻涕、咳嗽并吐黄粘痰、口干、咽喉肿痛、小便赤黄者，可选用感冒冲剂、银翘解毒丸（片）、银黄片、小儿感冒清热冲剂、羚翘解毒丸（片）、桑菊感冒片、解肌宁嗽丸。

验方

●菊花、枸杞各 6 克，绍兴酒 200 毫升。浸泡 10～20 天，去渣加蜂蜜少许，早晚各饮 1 小杯。主治风寒感冒头痛。

●红葡萄酒 1 小杯、鸡蛋 1 个。酒加热，打入鸡蛋搅拌一下后，即停止加热，待温服用。主治感冒。

●葱白 3 根，白酒、小米适量。加水适量煮粥，热服取汗。主治风寒感冒。

●葱白头 5 个，生姜 15 克，糯米 100 克，先将糯米煮成粥，再把葱、姜捣烂，同恨热服，出汗即愈。

●白胡椒末、葱白各适量。煮热汤面条 1 碗，加入葱白及胡椒面拌匀，乘热吃下盖被而卧，汗出即愈。主治感冒。注意避风。

●核桃肉、葱白、生姜片各 25 克，细茶叶 15 克。用水 1 碗半煮熟，去渣 1 次服。主治感冒。

●金银花、大青叶、鬼针草各 15 克，葛根、荆芥各 6 克，甘草 3 克。水煎 2 次，分 2 次内服。成人每天 1 剂，小儿酌减。主治流性感冒。

●大青叶 30 克，鱼腥草、龙葵、射干各 15 克，白糖或蜂蜜 150 毫升。上药加水 600 毫升，煎至 200 毫升，加白糖或蜂蜜分 2 次服用。每日 2 剂，小儿酌减。主治流性感冒。

●葛根 30 克，桑枝 20 克，蔓荆子、金银花、连翘、板兰根、桔梗、黄芩、银柴胡各 12 克，青蒿 6 克（后下）。水煎服，每日 1 剂，早晚各 1 次。主治流行性感冒。

●芭蕉根 500 克，食盐 30 克。将上药混合捣烂，敷于胸部前正中线剑突

上下（中庭、鸠尾、巨阏三穴），干后再换，直至体温恢复正常为止。主治流感。

●大青叶、紫草各 60 克。先将上述二种药物用温水浸泡 30～60 分钟，然后用文火煎沸 3～5 分钟，滤渣取汁，早晚 2 次分服

（小儿以少量昼夜分服）。主治少儿感冒。

●香薷、鲜藿香、鲜佩兰各 10 克，金银花、连翘各 15 克，青蒿 12 克，板兰根 30 克。水煎分 2 次服，每日 1 剂。主治夏季流感。

●鸭跖草、马鞭草各 30 克，威灵仙 20 克，板蓝根 15 克，羌活、青蒿各 10 克，柴胡 9 克。水煎分早晚 2 次服，每日 1 剂。主治流感。

●淡豆豉、藿香各 10 克，蒲公英、板兰根、野菊花、金银花藤各 15 克，青蒿、蚤休各 30 克。加水 500 毫升，浓煎成 60 毫升，每 4 小时服 1 次，每次服 30 毫升。主治流感高烧不退。

●木芙蓉叶、厚朴各 5 克。水煎一个小时，过滤取汁；再加水煎半个小时，过滤取汁，两次药液混合浓煎。成人每次服 50 毫升，儿童酌减，1 日 4 次，连服 2 天，主治感冒。

●板兰根、鸭跖草各 30 克，贯众、黄芩各 15 克，射干 9 克。每日 1 剂，分 2 次煎汤，将 2 次药液混合浓煎，分 2 次服用。主治小儿流感高烧。

●软柴胡 30 克，姜半夏 10 克，嫩黄芩 15 克，大青叶 24 克，金银花 20 克，生石膏 30 克，生甘草 5 克。上药加清水 1000 毫升，浸泡 20 分钟，武火煎 10～15 分钟，滤渣取汁，二煎加水适量，煎 10 分钟，滤液混合，每 4～6 小时服药 1 次，轻者每日 1 剂，重者 1 日 2 剂。主治外感高热。对风寒表证引起的高热应加荆防或羌独活。

●甘草 500 克，陈皮、苍术、白芒、荆芥、麻黄各 1000 克。上药烘干，共研细末，过筛，瓶贮备用。每日服 2 次，每次 6 克，温开水送服。主治适用于四时感冒，发热无汗，头痛项强，鼻塞，咳嗽，骨节酸痛。

●黄芪 15 克，白术 9 克，防风 6 克，杏仁 9 克，神曲 9 克，葛根 9 克，薄荷 6 克，甘草 3 克，葱白为引。将药先用水浸泡 1 小时，再用武火煎沸 5 分钟，每剂煎 2 次，兑后分 2 次饭后温服。主治年老体虚感冒、头痛、鼻塞、流涕、喷嚏、恶风、咳嗽等。

●生谷子 15～30 克。嚼服后喝热水一杯，盖被出汗。汗出即愈，主治适用于普通型感冒，症见打喷嚏、流清涕，并伴鼻塞、头痛、轻度发热、四肢酸痛等。应避免受风着凉。

●钩藤 6 克，薄荷、青蒿、枳壳各 3 克，黄芩 4.5 克，水煎，1 日数次温服。白血球高，加金银花 9 克。主治小儿重感冒。

敷贴法

●柴胡、荆芥、紫苏、薄荷各 30 克（4 岁以下幼儿各 20 克）。上药用热开水 1000～1500 毫升冲开后浸泡 20 分钟（或煎煮五分钟），去渣取药液。关闭门窗，用毛巾沾药液（保持一定温度，以患者能耐受为宜）反复擦洗全身，每次 10～15 分钟。洗毕揩干身子，穿上衣裤，保温休息。每隔 4～5 小时擦洗一次。主治感冒。

●白芥子 9 克，鸡蛋清适量。用蛋清将白芥子末调成糊状，敷足心（涌泉穴），有清热解表的功效，主治小儿高热不退、感冒。

●薄荷、大蒜、生姜各等份。将上药共捣烂如膏，取适量敷于肚脐，外盖纱布，胶布固定，l 天换药 1 次。主治风寒感冒。敷药后可吃热粥，经助

药力，出微汗则疗效佳。

●胡椒、丁香各 7 粒。上药碾碎，以葱白捣膏混和，涂两手心，合掌固定，夹于大腿内侧，温覆取汗则愈。有发散风寒，解表的功效，主治风寒感冒初起。

●白芷末 6 克，姜汁适量。以姜汁调匀白芷末，涂擦太阳穴，每日数次，每次 20 分钟。发散解表。主治感冒初起，风寒轻症。

●荆芥、防风各 2 克，羌活 1 克，葱白适量。先将前 3 味研细末，再与葱白捣为泥，敷于脐上，外用胶布固定。每日敷药 1 次，上面用热水袋敷 2 次，每次 10～20 分钟。发散风寒。主治风寒感冒，恶寒、无汗、头痛、鼻塞。

●紫苏叶 2 克，葱白、生姜各适量。先将紫苏叶研为细末，再与葱、姜共捣为泥，制饼敷于脐上，外用胶布固定。每天更换一次，热敷 2 次，每次 20 分钟。发散风寒。主治风寒感冒。

●淡豆豉、葱、姜、盐适量。以上 4 味炒热，用布包好敷脐上，待凉后取下，一日二次。辛温发散。主治感冒初起，怕冷身痛。

●绿豆粉 100 克，鸡蛋 1 枚。将绿豆粉炒热，取鸡蛋清，二味调合作饼，敷胸部。3～4 岁小儿敷 30 分钟取下，不满周岁小儿敷 15 分钟取下。解毒退热。主治小儿感冒高热不退。

●鲜地龙 10 条，白糖、面粉各适量。地龙入碗内，撒上白糖，片刻龙体液外渗而死，入面粉和成膏，制成直径为 3 厘米的药饼 2 个，分贴囟门和神阙处。每次贴 4～6 小时，每日 2 次，连贴 2～3 天。主治风热型感冒。尤宜小儿。

●白芥子 100 克、鸡蛋清适量。将白芥子粉碎为末过筛，取鸡蛋 1～2 个，用蛋清和药末混合调如糊状，贴敷于神阙、涌泉、大椎穴上，盖以纱布，胶布固定。令患者覆被睡卧，取微汗即愈。主治风寒感冒。

●橘子叶 30 克，老姜 12 克，葱头 10 克，薄荷叶 20 克。将上药共捣烂，外贴大椎、印堂、太阳等穴。主治感冒。

●大葱、生姜、淡豆豉、盐各适量。葱切碎，生姜捣烂，淡豆豉碾末，共与盐混匀炒热，布包趁热熨于肚脐，冷则更换，以出汗为度。主治风寒感冒。

●生姜、大葱头各 30 克，食盐 6 克，白酒一盅。将前 3 种药物合在一起捣烂成糊状，再加入白酒调匀，用纱布包起来，擦病人的前胸、后背、手心、脚心、腋窝等处。擦完药后，病人应卧床休息，盖被发汗。主治感冒。

●胡椒 15 克，丁香 9 克、葱白适量。前 2 味研末，入葱白捣如膏状，取适量敷于大椎穴，胶布固定；另取药膏涂干双劳宫穴；合掌放于两大腿内侧，夹定，屈膝侧卧，盖被取汗，早晚各 1 次，每次 45～60 分钟，连用 2～3 日或病愈为止。主治风寒型感冒。

●羌活、防风、川芎、白芷、白术、黄芪、桂枝、白芍、甘草、柴胡、黄芩、半夏各 15 克。上药麻油熬，黄丹收膏，冷却备用。用时蒸软，贴心口（鸠尾穴），每次 4～6 小时，每日 2 次，连贴 3 天为 1 疗程。主治外感风邪型感冒。表实无汗者去黄芪、白术、桂枝。禁内服。

●银花、连翘各 4 克，桔梗、薄荷、牛蒡子各 2.4 克，淡豆豉、甘草各 2 克、荆芥、竹叶各 1.6 克。上药共研为细末，过筛，取药粉适量，纱布包裹，敷神阙穴，包扎固定，每次贴药 4～6 小时，每日 2 次，连贴 3～4 天为 1 疗程。主治风热型感冒。

●羌活 10 克，苍术、白矾各 6 克。将上 3 味药共研细末，取药末适量外敷脐部，纱布覆盖，胶布固定。每次敷药 4～6 小时，1 日 2 次，3～4 天为 1 疗程。主治风寒型感冒。

●柴胡、当归、党参各 30 克，赤芍、麻黄（去节）、甘草各 120 克，朱砂、雄黄各 15 克。将上药用麻油熬，黄丹收膏，冷却备用。用时蒸软贴膻中穴处，每次 4～6 小时，1 日 2 次，连贴 3 天为 1 疗程。主治四时伤寒感冒。春夏季感冒者，加石膏、枳实；秋冬季感冒者加细辛、桂枝。禁内服。

药浴法

●冬桑叶 30 克，黄菊花 15 克，黑山栀 9 克，独活、天麻各 6 克，秦艽 4.5 克。上药粉碎，用薄荷汤水泛为丸。热水 1000 毫升化丸洗头。主治感冒。

●生姜适量。煎水浸洗双脚。主治感冒。

●葱头 3 个。煎汤，临睡时热水烫脚，再趁热服葱头汤。主治风寒感冒。服后盖被，汗出则愈。

鼻嗅法

●川芎、白芷、羌活、防风、薄荷、藿香各 9 克，细辛、辛荑、冰片各 3 克，雄黄 1.5 克。上药共研细末，过筛，装瓶备用。用时将瓶盖打开，从晨起至睡前每隔 3 小时嗅药 1 次，每次 10 分钟，连用 3～5 天。主治感冒初起，鼻塞不能。嗅药之前，先将药瓶振摇几下，以便充分嗅闻药气。

●羌活、樟脑、大黄、柴胡、细辛各 3 克，白芷 6 克，薄荷 10 克。上药共研成粉，再掺樟脑研匀，装瓶备用。用时鼻孔对准瓶口，反复嗅闻之，每 3 小时 1 次，3 天 1 疗程。主治感冒鼻塞不通。

塞鼻法

●鹅不食草、闹洋花、薄荷各 120 克，冰片 15 克。上药共为细末，过筛，装瓶密封备用。用时取药粉适量，药棉裹之，塞一侧鼻孔，每鼻孔塞 30 分钟，左右交替，每日 3 次，3 日为 1 疗程。主治风热型感冒。

●白芷 3 克，冰片 0.6 克。上二味共研细末，过筛，装瓶密封。用时取药粉适量，用消毒药棉包裹，塞一侧鼻孔，每鼻孔塞 30 分钟，左右交替用药，每日 3 次，3 日为 1 疗程。主治风寒型感冒。

点滴法

●生麻黄、辛荑各 10 克，冰片 1.5 克。麻、荑水煎两次，混合浓缩至 50 毫升，加入冰片末，溶化搅匀，瓶贮备用。用时滴 2～3 滴，每日滴鼻 3～5 次。主治感冒鼻塞不通。本液辛温燥烈，风热感冒及素体阴虚阳亢或有高血压病史者慎用。

●取葱白适量、扎碎过滤取汁，加生理盐水配成 40%溶液，装瓶备用。用时每日滴鼻 3～5 次，每次 2～3 滴，病愈停药。主治感冒鼻塞不通。

灌肠法

●生石膏 300 克，连翘 30 克，荆芥 15 克，赤芍、芦根各 10 克。将石膏先煎 30 分钟，加入余药再煎 25 分钟，共煎 2 次，取液 300 毫升，过滤后加入适当防腐剂。临用时按每公斤体重 3 毫升作保留灌肠。每日 2 次，3 日 1 疗程或病愈停用。一般用药后 30～60 分钟出汗，2 小时退热，体温可下降 0.5～2 摄氏度以至正常。主治重型感冒或时行感冒。症见高热、恶寒等全身症状较重者。推药速度要慢，推药后患者应侧卧 30 分钟，以便药液保留。

●银花、大青叶、板兰根各 1 份，黄芩 2 份。单味水煎，混合沉淀，取澄清液，浓缩成 50%的煎液，加入适量防腐剂备用。成人每次取 60 毫升，

保留 1 小时灌肠，每日 2 次，3 日为 1 疗程或病愈为止。主治普通感冒或流感。对不能服药者或小儿尤宜（小儿宜酌情定量）。灌肠推药速度宜慢，推药后患者侧卧 30 分钟，以便药液保留。

针刺法

●毫针主穴：大椎、风池、曲池、合谷，配穴：太阳、肺俞、内关、列缺。鼻塞加迎香，喉痒加天突；风热加尺泽、少商；挟湿加阴陵泉；挟暑加曲泽、委中；身热重者加十二井穴；胸脘痞闷加中院，三阴交；腹泻者加天枢、足三里。大椎、风池点刺，出针时摇大针孔，用开阖补泻法。余穴留针 15～20 分钟。每日 1 次。

●梅花针：风寒型据症选取脊柱两侧、大小鱼际、肘窝、风池、鼻部。风热型以胸背部、后颈部为主，配大椎、合谷。随症加减：头痛者加刺太阳；合并鼻炎加刺迎香；咳嗽吐痰者加刺气管两侧、太渊、颌下。据病情轻重，施中度或重刺激。以患者针后微汗出为宜。每日治疗 2～3 次。本病流行时，宜叩打脊椎两侧及鼻部。一般治疗 3～5 次，有预防作用。

●耳针取穴：肺、气管、内鼻、咽喉、额。发热，加耳尖、屏尖；胃纳差，腹胀，便秘，加胃、胰、胆；全身酸痛，乏力，加肾、脾；咽痛，声音嘶哑加咽喉。每次选用 4～6 穴，均浅刺快速捻转 3～5 分钟，留针 20～30 分钟。亦可用埋压法。耳尖、屏尖三棱针点刺放血，每日 1 次，两耳交替，5 次 1 疗程。

●头皮针取穴部位：感觉区配胸腔区。以捻转泻法，每隔 10 分钟行针 1 次，留针 30 分钟。隔日 1 次。

●三棱针取穴：大椎、风门、肺俞、百会、太阳。点刺出血 3～5 滴。大椎、风门、肺俞点刺出血后可配合火罐拔吸 5 分钟。本法适用于风热感冒。

●水针取穴，风池、外关、合谷。用维生素 B1 每穴注射 0.3～0.5 毫升。每日 1 次。5 次 1 疗程。

●粗针取穴：大椎，用 6 厘米长 0.7 毫米直径粗针快速刺入大椎穴，强刺激，亦可放血数滴。针灸疗法对本病疗效可靠，早期施治可使病情迅速好转，不再转变。一般讲，病邪在表多属实邪，宜用泻法驱邪外出，毫针、三棱针、头针、粗针等可随症选 用，刺激可用强些。对体虚之人，又当祛邪与扶正兼顾，可选用刺激小的方法，如灸法、耳针、水针、梅花针等。尤其对一些不耐针刺者，灸法更为适宜。

灸法

●大椎、风他、肺俞、神阙等穴。按艾卷温和灸法操作，以施灸部位有温热舒适感觉为度。每穴每次 15～20 分钟，每日灸 1～2 次。主治流行性感冒。术者应掌握好距离，以免造成患者烫伤。

●大椎穴。按艾卷温和灸法操作。每次灸 20 分钟，每日灸 2～3 次。主治流行性感冒。

●足三里、大椎等穴。按艾卷温和灸法操作，以施灸部位有温热舒适感觉为度，每穴每天灸 1 次，每次 20 分钟，连续灸治 3～5 天。主治流行性感冒。若施灸过程不慎烫伤皮肤，局部起泡，可停止灸治，一般局部不作处理。

●大椎、神阙、足三里、合谷等穴。按隔药（姜）灸法操作，每穴每次灸 3～5 壮，每日 2 次，2～3 日为 1 疗程或病愈为止。主治风寒型感冒。小儿或患者皮肤感觉减弱者慎用。

●风池、风门、列缺、台谷、陶道等穴。按明灯爆灸法操作，每天施灸

1 次，每穴 1 壮，连灸 3～5 天。主治风寒感冒症。本法灸后局部皮肤稍微灼伤，偶也可引起小水泡，3～4 天后水泡自然吸收而消失，一般不需作局部处理。

●大椎、合谷、风池、外关等穴。采用明灯爆灸法。每穴灸 1 壮，每天施灸 1 次，连灸 2～3 天为 1 疗程。主治风热型感冒。

●足三里（双）穴。按灯火灸疗法操作，每日 1 次，连续 3 天。可预防流行性感冒。若灸后发生小水泡，注意清洁，以防感染。

●大椎、神阙、劳宫等穴。取胡椒 15 克，淡豆豉 30 克，丁香 10 克，葱白适量，先将前 3 味药研为细末，然后再加入葱白捣烂调匀成膏即可。敷灸时每穴用药膏约 5 克，先贴大椎、神阙穴，用纱布覆盖胶布固定，令患者脱衣而卧，再取药膏 10 克敷于手心劳宫穴处，两手合掌放于大腿内侧，侧位屈腿夹好，蜷卧将被盖严，取其汗出，主治流行性感冒。本法对体壮，头痛，鼻塞，发热无汗者效果尤佳；而体弱，经常感冒发热易汗者效差。

火罐法

●大椎、身柱、大杼、风门、肺俞等穴。患者取俯伏坐位或俯卧位。取大小适宜之火罐，用闪火法或架火法等，将火罐扣在穴位上，留罐 10～15 分钟。本法适用于风寒型感冒。

●大椎穴。先在大椎穴行常规消毒，用三棱针在局部点刺 2～3 下，立即在针刺部位拔火罐，以溢血为度，留 5～10 分钟起罐。以患者自觉症状消除决定次数。如病情不减，在原部位连续进行 l～2 次，待症除康复为止。本法适用于风寒型感冒。大椎穴一般用三棱针点刺，若用针刺则不宜过深。

●大椎、风门、肺俞等穴。用三棱针点刺后，用闪火法将中号火罐吸附于以上部位，每穴出血 1～2 毫升，留罐 15 分钟，每日 1 次。本法适用于风热型感冒。

●主穴：大椎、风池、合谷。配穴：风寒型加列缺；风热型加外关；头痛加太阳、百会；鼻塞加上星、迎香；咳嗽加肺俞、太渊；咽痛加少商（放血）、鱼际。主穴采用泻法，配穴用平补平泻法，留针 20 分钟，中间行针 1～2 次。起针后在大椎穴拔罐 10～15 分钟，1～2 日治疗 1 次，5 日为 1 疗程。

●背部足太阳膀胱经穴。令患者俯卧或俯伏坐位，光露背部，沿着膀胱经的循行线抹上麻油。然后取中号火罐 1 只，用闪火法将罐吸在患者背部，沿太阳膀胱经循行线上下来回走罐多次，直到循行线上的皮肤出现潮红为度。四条循行线均应走罐。接着把罐停在大椎穴上，留罐 5 分钟，最后用草纸把麻油擦净。本法适用于各型感冒。对项背强、四肢酸痛畏寒发热诸症，效果尤佳。若加灯芯草灸风池、肺俞则疗效尤佳。

气功疗法

●自然站立，双膝微屈，两目微闭，舌顶上腭，全身放松，自觉在云雾之中；然后做自然轻松的腹式呼吸，没有定数，以自觉身心安稳为度。慢慢收腹屈膝（约 135°），上身前俯，双臂向后外侧斜伸上抬，至上身与地面基本平行（根据自我感觉，头胀可取稍微高些，感觉不明显可取稍低一些，以头面部有随心跳之轻微搏动感为度），头稍抬起。心想如临大海观潮，自觉气血涌动与心跳一致，头面部之搏动感随呼吸而明显；然后将此气血之搏动感以意念集中到鼻咽部位。如此，待 5～7 息（一呼一吸为一息），即可转收式。呼吸逐渐变浅，意念收回，缓缓起身，恢复原站立姿势，稍事歇息。

注意：头部不要过分下垂，关键在体察舒适而有来去分明的波动感，切

忌使头胀痛。练功时间，不可过长，可于每日早晚各练 1 次。如不能长期坚持，则在出现喷嚏和鼻痒等感冒前驱症状时或感冒后做此功，可明显减轻症状和缩短病程。

辅助疗法

●推前额：将两手食、中、无名指并拢，用指面从两眉中点向前额发际直椎 24～50 次；然后再自前额中点向两侧分推 24～50 次。意注掌下，自然呼吸，吸气时再用力推摩。

●揉运太阳：以两手中指按太阳穴向耳后方向揉运 24～50 次。

●扫散胆经：两手四指微屈并拢，用指尖在耳上头之侧面，从额角顺胆经向脑后摩擦扫散 5～10 次。

●洗鼻：用两大拇指第二指节指背，相互搓摩，然后轻轻上下摩擦鼻之两侧。吸气时搓摩 5 次，呼气时搓摩 5 次，共做 9 息。

注意事项

患感冒后要适当休息，减少户外活动，室内要保持清洁，多通风，使空气新鲜。平时适当进行体力劳动和锻炼，以增强体质。保持衣服鞋袜干燥，天冷时注意保暖。病毒性肝炎

病毒性肝炎是由肝炎病毒引起的一种传染病。临床可分为甲型肝炎、乙型肝炎和非甲乙型肝炎。其传染源主要为肝炎病人和无症状的病毒携带者。症状为饮食低下，厌油、恶心呕吐、腹胀腹泻消化道症状和低热，或见目黄、身黄、尿黄等。

治疗

验方

●板兰根、金银花各 25 克，丹皮、柴胡、焦三仙各 15 克。上药按比例制成片剂，每片 0.25 克，每次 6 片，日 2 次。主治慢性肝炎。

●白术、厚朴、猪苓、泽泻各 4.5 克，茯苓 9 克，广陈皮、砂仁（打）各 3 克，藿香 6 克，广木香 2.4 克。每日 1 剂，水煎服。主治急性无黄疸型肝炎。

●柴胡、赤芍、枳壳、白芍各 4.5 克，甘草 2 克，茵陈、麦芽各 12 克，山栀、白术、郁金、泽泻、莪术各 6 克，青陈皮、木香、三棱各 3 克，川楝子 9 克。每日 1 剂，水煎服。主治慢性肝炎。

●茵陈 60 克（后下），山栀 10 克，大黄 30～60 克，郁金、连翘、枳壳各 15 克，银花、蒲公英、金钱草、苡仁各 30 克，黄芩、黄柏、丹皮各 10 克，青黛 3 克（冲）。每日 2 剂，水煎服。主治重症肝炎急黄型。

●黑矾 6 克，鸡蛋清 3 个。上药焙干研末，开水冲服；成人每次 3 克，病重者服 5 克，每日 1 次。小儿酌减。服药期间忌酒、肉。主治病毒性肝炎。

●茵陈、蒲公英、白茅根、六一散、泽兰各 30 克。每日 1 剂水煎服，或研末制成粉剂，每剂分六包，每日四包，分二次用开水冲服。同时配维生素 C 及酵母片口服。主治病毒性肝炎。

●生大黄 50 克。每日 1 剂，水煎成 200 毫升，一次服下，连服 6 天，停药 1 天，为一疗程。年老体弱者可服 2 天，停药 1 天，服 6 剂为一疗程。主治病毒性肝炎。

●夏枯草 60 克，大枣、白糖各 30 克。前二味药煎水取汁，加入白糖，再加水 500～600 毫升，煎至 250～300 毫升。分早、晚 2 次服。主治病毒性

肝炎。

●红木香 9～18 克。研末，分 3～4 次温开水送服，每日 1 剂。主治病毒性肝炎。

●鲜垂盆草 150～300 克。上药加水 600 毫升，煎至 400 毫升，每日服 200 毫升，分 2 次服。儿童酌减。主治病毒性肝炎。

●五味子、陈皮、板兰根、炙黄芪各 60 克。上药共研细末，每包 5～6 克，温开水冲服，每日早晚饭后各服 1 包。主治病毒性肝炎。

●凤尾草、过路黄各 30 克，山楂、白茅根各 15 克。每日 1 剂，水煎分 2 次服。连服 30 天为一个疗程。主治病毒性肝炎。

●茵陈 30～60 克，威灵仙、丹参各 30 克，大黄 6～15 克。每日 1 剂水煎服。主治病毒性肝炎。

●茵陈、栀子、虎杖、白茅根、败酱草、柴胡各 20 克，茯苓、苡仁、山楂各 25 克，生甘草 10 克，每日一剂，水煎服二次。主治病毒性肝炎。

●虎杖 90 克。加水浓煎至 300 毫升，每日 1 剂，分 3 次服。症状消失，肝功能恢复正常后，再服数周巩固疗效。主治病毒性肝炎。

●柴胡 12 克，白芍 30 克，枳实、延胡索、芦荟各 12 克，茵陈、板兰根、贯众、白花蛇舌草各 30 克，甘草 10 克。每日 1 剂，水煎分 2 次服。主治病毒性肝炎

●紫草、鱼腥草、豨莶草、金钱草各 30 克，龙胆草 20 克，甘草 10 克。每日 1 剂，水煎分 2 次服。15 天为一疗程。主治病毒性肝炎。

吹鼻法

●瓜蒂、母丁香各 3 克，赤小豆 1.5 克。上药共研细末，每晨取少许药末吹入鼻内，连用 5 天，流出黄水为妙。主治黄疸型肝炎。

●苦丁香、白胡椒、白丁香各等份。共研细末，装瓶备用。用时取少许吹入鼻中，以流出黄水为度。隔时 1 次，10 次为 1 疗程，病愈停用。主治急性黄疸型肝炎。吹药入鼻中时，可口含水，以防药误入气道。若用后刺激性强，使病情加重者停用。用药后若发鼻干，可涂芝麻油润之。

●苦丁香 18 克。放锅内炒黄，研为极细面，过细筛，吹进鼻内，每日一次，每次吹 6 克（或酌量），然后吸之，吸入后 1 小时，鼻内流出黄水是见效之症。连用 3 天。清热退黄。主治黄疸型肝炎。

塞鼻法

●苦素丹（甜瓜蒂）适量。研为细末，过筛。取 0.1 克分 6 包。先以两包深深地吸入两鼻孔，隔 40 分钟清洁鼻腔；再吸入两包，每隔 40 分钟清洁鼻腔，又吸入两包。共分 3 次吸完。间隔 7～10 天依上法，再吸 0.1 克，以此类推，吸完 0.4 克为 1 疗程。即先后共吸 4 次，大约要间隔 10 天。急性期 1 个疗程，慢性期 2 个疗程即可见效。主治黄疸（阳黄证）

针刺法

●肝俞、胆俞、至阳、阴陵泉、足三里。阳黄配太冲、阳陵泉。阴黄配脾俞、阳纲。急黄配日月、期门、胆囊穴。阳黄用泻法；阴黄用平补平泻，并加用灸法。隔日 1 次，留针 30 分钟，10 次 1 疗程。主治黄疸。

●肝气郁结取期门、支沟、阳陵泉、足三里、太冲、内关。肝血不足取肝俞、肾俞、期门、行间、足三里、三阴交、内关、太溪。肝气郁结用泻法。肝血不足用平补平泻法。隔日 1 次，每次留针 30 分钟，10 次 1 疗程。主治胁痛。

●梅花针胸、腰、骶部、支沟。重点叩打患部肋间隙。主治胁痛。

●胸胁部、大椎、合谷、足三里等穴。弹刺出血，每日 1 次，10 次 1 疗程。主治黄疸。

●耳针取胸、神门、皮质下、交感、肝相应痛点.每次取 3～5 穴。强刺激。留针 30 分钟至 4 小时，左右耳交替针刺，每日 1 次，10 次 1 疗程。主治胁痛。

●胆、隔、肝、肝炎点、三焦、交感。以 2%碘配对上穴局部皮肤进行常规消毒，75%酒精脱碘，左手拇指固定耳廓针刺穴位的周围，食指托住耳背，右手持 0.5～1 寸毫针刺入，深度以穿过软骨不刺透过侧皮肤为度。留针 20～30 分钟，留针期可间歇捻针以加强刺激。起针时须消毒干棉球压迫针眼，避免出血，并要严密消毒以防感染。每日 1 次，10 次 1 疗程。主治黄疸。

刺血疗法

●阳陵泉、窍阴、期门、胸胁痛部。阳陵泉、窍阴用三棱针点刺出血；期门用火罐拔吸 10 分钟；胸胁痛部用梅花针弹刺出血。每日 1 次，10 次 1 疗程。主治胁痛

●三棱针取胆俞、行间、肝俞、太冲等穴。每次取 2 穴，以点刺放血，每日 1 次，10 次 1 疗程。主治黄疸

●电针取主穴：胆俞、肝俞、足三里。配穴：大椎、至阳、阳陵泉、太冲。每次取 5～6 穴，通电 5～10 分钟，正极接主穴，负极接配穴。每日或隔日 1 次，10 次 1 疗程，疗程间隔 2～4 天。主治黄疸。

●水针板兰根注射液或茵陈甘草注射液。①阳黄：至阳、支沟、阳陵泉、太冲。②阴黄：脾俞、足三里、胆俞、阳陵泉、内关。酌选以上任何一种注射液，注射于上述腧穴中，每次选 4～5 穴，每穴注射 1 毫升，每日 1 次，连用 20 天为 1 疗程。

●足三里（双）、肾俞（双）等穴。每穴每次注射 100%黄芪注射液 1 毫升，每 3 天交换注射 1 次，2 月 1 疗程。亦可增注党参注射液 1 毫升。主治黄疸

气功疗法

●站立闭眼，两手在丹田处聚拢，掌心劳宫穴相对，做 3 次用嘴慢慢吐出气息的嘘息，要先吸后呼，然后手轻缓离开丹田，两手背相对，与丹田在同一水平线上，两手分开至胯部后翻掌，成两手心相对合拢在原处。如此做 3 次后，将右脚向前迈半步，脚尖着地，用鼻做一短促的吸气，两手自然摆动，收回有脚，迈出左脚，如此做 9 次。起势后，先睁开眼睛，双手摆动，右手摆至胯处，左手至胸前，右腿放松向前迈半步，落步时用鼻作一短吸。随后双手开始向相反方向摆动，左手摆至胯处，右手至胸前，左脚向前半步，用鼻作一短呼气。手、头、脚、腰、呼吸等各种动作相互配合节奏协凋，每分钟 50 步左右。停步后，闭眼，先做起势 3 次，然后两手由丹田上抬至膻中穴，两指尖相对，大拇指朝气户穴，做 3 次嘘息后，两手重迭下垂，放回两胯旁，睁眼，恢复平时体形。

注意事项

在病情活动期要适当卧床休息，病情好转后应动静结合，疾病静止期可以从事轻工作。庄意隔离，防止传染。注意皮肤和口腔清洁。勤擦澡，有口臭、呕吐者，可用银花水或淡盐水漱口。饮食物一定要新鲜，易消化，适合本人的饮食习惯和口味，能刺激食欲，并含有一定量的蛋白质、多种维生素，

保证充足的热量。在消化功能恢复后，不要吃得太多，以免使身体发胖，形成脂肪肝。另外，应戒除烟酒，忌食辛辣刺激性的食物。

流行性腮腺炎

流行性腮腺炎俗称“痄腮”，是由腮腺炎病毒所引起的急性呼吸道传染病，以腮腺非化脓性肿大、疼痛为特征。并可侵袭其他腺体和脏器。因其病毒存在于患者唾液中，传染途经主要是患者喷嚏、咳嗽飞沫以及被带有病毒唾液污染的食物和餐具等。主要发生于学龄儿童。症状为发热、全身不适、头痛、厌食及呕吐，可见腮腺一侧或两侧肿大、疼痛、不红、边界不清、局部微热、有轻度压痛等。

治疗

验方

●绿豆、银花各 100 克。水煎服，4 小时后服第 2 次。功效清热解毒。主治腮腺炎。

●荸荠、藕各 100 克，茅根 30 克。水煎服。凉血消肿，清热生津。主治腮腺炎。

●板兰根 30 克，柴胡 6 克，甘草 3 克。水煎服。清热解表，消肿解毒。主治腮腺炎。

●蒲公英、紫花地丁各 30 克，薄荷 6 克。水煎服，每日 1 剂。功效清热解毒，消肿散结。主治腮腺炎。

●鲜黄花菜根 60 克，冰糖适量。水煎分 2 次服下，每天 1 剂。主治腮腺炎。

敷贴法

●鲜白花败酱 50 克，生石膏 10 克。将两药合捣碎敷于患处，用敷料包扎，每日换药 1 次，一般用药 3～5 天即可痊愈。功效清热解毒，消肿散结。主治腮腺炎。

●鲜侧柏叶 45 克，鸡蛋清适量。将侧柏叶捣烂如泥，加鸡蛋清适量调匀，敷患处，l 宿即愈。清热凉血解毒。忌服辛热腥腻之品。主治腮腺炎。

●仙人掌 250 克，生石膏 100 克。上二药混和捣成糊状，外敷局部。药外放一塑料薄膜或菜叶，以防止因药物水分蒸发过快变干。敷药水分干后即换。清热解毒，消肿散结。主治腮腺炎。

●鲜白头翁 20 枚，鸡蛋 3 枚。先将白头翁煮沸后，再将鸡蛋打入药中，勿搅动，以免蛋散。待鸡蛋熟后，捞出鸡蛋，撇出药渣，吃蛋喝汤，使患者微微汗出。一般 1 剂即愈。病重者，翌日可再服 1 剂。清热解毒消肿。主治腮腺炎。

●马齿苋适量。鲜马齿苋水煎糖调味内服。捣烂后之马齿苋泥醋调敷腮部。清热解毒消肿。主治腮腺炎。

支气管炎

支气管炎可分为急性和慢性两类，是由病毒和细菌感染、过敏、大气污染、气候变化、吸烟等物理、化学刺激所引起的。急性支气管炎初起时很象感冒，主要症状为咳嗽、咳痰、胸部不适或闷痛，部分病人可有发热、食欲不振等现象，重者出现呼吸困难。慢性支气管炎多见于老年人，由急性支气管炎反复发作所致，病程较长，寒冷季节发病，表现为咳嗽、咳痰、夜晚和晨起为重，严重者可导致肺心病。

治疗

西药

●干咳无痰时，可选用咳必清、可待因，痰稠不易咯出时，可选用氯化铵、必嗽平；胸闷、气喘及有哮鸣音时，可选用氨茶碱、舒喘灵、夜罗宁；发热、咳嗽重，有脓痰并不易咯出时，应加用抗菌药物，如四环素、强力霉素、链霉素、甲烯土霉素、氯霉素、复方新诺明、磷霉素钙、青霉素、氨节青霉素等；如伴发热、全身酸痛时，可加服复方阿司匹林。另外，还可在发病季节前试用转移因子等，以增强人体抵抗力，减少感冒及慢性支气管炎发作。

中成药

●急性支气管炎有发热、咳嗽、痰稠色黄而难以咯出、胸闷痛、痰中带血、口鼻气热、口干苦、咽痛等症者，可选用止咳化痰丸、清肺抑火丸、宁嗽丸、枇杷叶露。

验方

●生麻黄、细辛各 3 克，桔梗、五味子、半夏、桂枝各 9 克，生石膏 30 克。每日 1 剂，水煎服。主治喘息性支气管炎。

●麻黄、桂枝、白芍、干姜、细辛、五味子、大枣、甘草各 20 克，半夏 30 克，石膏 120 克。每日 1 剂，水煎服。主治急性支气管炎早、中期。

●鱼腥草、败酱草、薏苡仁、黄芩、贝母、杏仁各 9 克，桑白皮、丹参各 15 克，茯等、炒白术各 12 克，桔梗、炙甘草各 6 克。每日 1 剂，水煎服。随证加减治慢性支气管炎继发感染。发热重加银花 10 克，连翘 10 克；喘甚加炙麻黄 9 克，海蛤壳 15 克；全身水肿加桂枝 6 克，大腹皮 10 克。主治支气管炎。

●胡黄连 12 克，蒲公英、生甘草各 15 克，苦参 10 克。每日 1 剂，水煎服。主治慢性支气管炎湿热阻滞型。

●麻黄 3 克。将麻黄用水煎后去渣，另加 500 克冰糖，浓缩成糖膏。日服 3 次，每次 10 克。主治老年性咳喘。

●板兰根 12 克，鸭跖草、贯众、生甘草各 10 克，煎汤服，1 日 1 剂。主治支气管炎合并肺炎者。

●白公鸡一只，干西瓜秧 200 克，生姜 100 克，生豆油 150 克。先把西瓜秧煮沸，捞出后加入褪好的白公鸡和生姜，待鸡煮熟后，加入豆油，食肉喝汤，每晚温服一碗。主治老年慢性气管炎。禁食生冷食物。

●沙参 50～100 克，老母鸡一只。将老母鸡褪毛，去掉内脏后，把沙参装入鸡肚内缝上后煮熟。腊月数九天，每九服一剂。用此方在冬季可控制气管炎发作。煮时不放调料。

●龙葵（天天茄全棵）500 克，白酒 1000 克。将龙葵用白酒浸泡七天去

渣，每天 3 次，每次 1 酒盅。主治支气管炎。

●黄梨 2500 克（取汁），杷叶、寸冬、陈皮各 50 克，冰糖、白糖各 500 克。先将杷叶、寸冬、陈皮煎熬去渣，再同梨汁、糖熬成膏，日服 2 次，每次用开水冲服 15 克。主治气管炎。

●射干、车前草、葛根各 15 克，白果 10 克，侧柏叶 25 克。水煎至 1 茶盅。1～4 岁儿童分数次服，24～36 小时服完。主治气管炎。

●冬花、半夏各 50 克，杏仁、蒌仁、黄芩各 100 克，香橼、百合、云苓、苏子、前胡各 75 克，川贝 40 克。制成蜜丸，每丸 15 克，每日 2 次，每次 1 丸。主治气管炎。

●露蜂房一个（树上或墙洞内），芝麻适量。用芝麻把露蜂房全部灌满，然后把蜂房放锅内焙干，研细备用。成人每日 3 次，每次 15 克，温开水冲服，儿童酌减。主治气管炎。眼药期间，切忌服油腻食物。

●柴胡、半夏、麻黄、透骨草各 15 克，大枣 7 枚。每日水煎服 3 剂，早晚分服。主治气管炎。

●川贝 10 克，茶叶 3 克，冰糖 15 克。共研细面，分早晚两次白开水冲服。主治气管炎。

●香油 120 克，豆腐 250 克。放碗内共炖。日服 1 次，连服 3 次。主治气管炎。

●核桃肉 120 克，川贝 30 克，杏仁、冰糖各 60 克。共捣烂成膏，每次服一匙，日服二次，白开水送服。主治气管炎。

●人参 50 克，胎盘 2 个，五味子 30 克。先将胎盘洗净焙干，共研细面，装入空心胶囊，每次服 2～4 粒，日服 3 次。主治气管炎。

●绿茶 2 克，芦根 40 克，甘草 5 克。水 100 毫升煮芦根、甘草 10 分钟，加入绿茶即可。主治急性支气管炎。

●葱白 5 段，糯米 60 克，生姜 5 片，米醋 5 毫升。前 3 药同煮粥，粥成加米醋，趁热服。主治急性支气管炎。

●二花、蜂蜜各 30 克。水 500 毫升煎二花，去渣蜂蜜调服，3～4 次服完。主治急性支气管炎。

●蜂蜜 50 克，佛手 30 克。水煎服。主治慢性支气管炎。

●甘草 6 克，蜂蜜 30 克、醋 10 毫升，沸水冲泡，代茶饮。主治慢性支气管炎。

●大蒜 10 个，醋 20 毫升，红糖 10 克。大蒜捣烂，醋内浸泡 3 天，去渣，每次半汤匙，每天 1 次。主治慢性支气管炎。

●核桃肉 20 克，人参 6 克，生姜 3 片。同煎取汁 200 毫升，去姜加冰糖少许，临睡时服。主治虚寒型慢性支气管炎。

●天天果 156 克，白酒 500 毫升。以酒浸泡 20～30 天，每次 1 匙，1 天 3 欢。主治慢性支气管炎。

气功疗法

●平坐式或站式，全身放松，舌抵上腭，两眼微闭，自然呼吸，排除杂念。两手在脐下丹田处呈抱球状，用逆腹式呼吸，在吸气时两手用内劲向外撑，收肛提气；呼气时，两手向丹田处抱，同时松肛，收气于丹田，做 36 息。然后两手呈抱球状不动，以意静守丹田 5～10 分钟。两手翻掌上向提至中丹田（膻中）处，然后手掌外转掌心向外，自胸部向左右分推至体两侧；两掌内翻，掌心相对向膻中收拢，再两手转掌向胸合拢至膻中，后翻掌向下

推至丹田，导引气机向下，归于丹田，反复做 36 息或 81 息。自然呼吸，意随掌行，两手动作要自然，用力柔和。最后两手回至丹田稍停片刻，即可收功。

辅助疗法

●自然盘坐，两手掌按于床上，挺胸仰头，同时吸气满胸，略停片刻，然后呼气，同时屈颈弓背、缩胸。一吸一呼为 1 遍，做 9 遍或 18 遍。

●自然盘坐，两手掌扶于膝上，从腰为轴，先向左转 8 圈，再向右转 8 圈。旋转时，在向后方转的半圈吸气，在向前转的半圈呼气。

注意事项

尽量保持室内有适当的温湿度，随气候变化及时增减衣服，防止感冒。从夏天开始早上用冷水洗脸，冷毛巾拧干后擦背、胸至皮肤发红，冬天仍坚持下去，以增强对寒冷的适应能力。戒烟，改善环境，清除有害气体对呼吸道的影响。加强体育锻炼，如进行广播操、太极拳等小运动量的活动。忌吃辛辣刺激性食物。

发热

发热是指体温超出正常生理范围。发热一般以低热较多见，但有时也表现为高热。此外，还有病人自觉发热，或五心烦热，而实际体温并不升高的现象。此病多因触感疫毒之气，或被六淫之邪侵袭及某些慢性感染性疾病所致。

治疗

验方

●绿茶 0.5～1.5 克，淡竹叶 30～50 克。以水 1000 毫升，先煮淡竹叶，煮开后 5 分钟，加绿茶。分 4 次服。主治泌尿道感染发热。

●细茶叶 6 克，薄荷叶 3 克，生姜汁半匙。滚开水大半碗冲薄荷、茶叶，再入姜汁、白糖和匀，每天 1 次或 2 次。主治风寒发热。

●茶叶 2 克，二花 1 克。沸水冲泡 6 分钟后饮用，饭后服。主治外感发热。

●绿茶 1～3 克，生石膏粉 50～100 克。将生石膏加水 1000 毫升，煮沸 15 分钟，加入茶叶即可。日服 1 剂，分 4 次服。主治高热、汗多、口渴、尿黄。

●苦瓜 1 只去瓤，茶叶适量。苦爪纳入茶叶后接台，挂于通风处阴干。每次切苦瓜干 5～10 克，水煮或泡水代茶饮。主治长期不规则发热。

●茶叶少量，地龙 10 克。水煎服。主治发热无汗。

●鲜竹叶菜 120 克，白酒适量。洗净捣烂绞汁，温热，以酒送服。主治发热。

●鳗鱼 500 克（去内脏），黄酒 500 毫升。加水小火烧至熟烂，放盐少许，蘸醋食用。主治虚劳所致的虚热。

●红枣 250 克，糯米酒或黄酒 250 毫升。红枣加水煮软，滤干水加入羊脂 25 克，入酒，煮沸后，入瓶中，密闭贮存 7 日即可。每次吃枣 3～5 枚。1 日 2 次，主治低热。

●绿茶 1～2 克，青蒿 10～15 克。取青蒿快速洗净，滤干，与绿茶同放杯中，用沸水冲大半杯，加盖，5 分钟后即可服用。主治功能性低热。对血虚低热有独效。

●鸡蛋清 4 枚，肉丝 10 克，紫菜 5 克，鸡汤 200 克，食盐适量，白酒少许，醋适量，蒜 1 克，葱丝适量。将蛋打破去黄留清，调入肉丝、紫菜、食盐、白酒、醋、蒜、葱花搅匀，再用锅把鸡汤烧沸，乘沸时将调好的蛋液倒锅中，滚 2～3 沸即熟，盛入碗中喝。清虚热。

●西瓜瓤 400 克，精盐适量，鸡蛋 5 枚，食油 100 克，葱花 5 克。将西瓜瓤去籽打碎，鸡蛋打入瓜瓤内，放入精盐搅匀。把炒锅上火，放入食油烧热，下葱花略爆，倒入蛋炒至将凝固时，摊成饼状，烹清汤少许，迅速盖盖，煎焖片刻，将蛋翻转后装盘食用。清热养津。主治发热高烧、余热未尽等。

●鸡蛋清 5 枚，精盐适量，菠菜叶 25 克，清汤 50 克，熟猪油 250 克（约耗 50 克）。将鸡蛋清中放入少许精盐，用筷子搅打均匀；把菠菜叶洗净。将炒锅上火，放入熟猪油，烧至四成熟时，倒入蛋清，当蛋清发白浮起时，起锅将其倒入漏勺沥去油。原炒锅复上火，放油少许，下菠菜叶略炒，加鲜汤、精盐，倒入蛋白烧沸，起锅倒入盘内即成，主治咽干、口干、眼干等症。

●生石膏 30 克，糯米 50 克。先用水煮石膏，约 15 分钟左右，去渣取汁，

再入粳米熬粥，粥成后候凉食之。主治高烧壮热，口干口渴，大汗出，头痛，牙痛，喘促不定，小便短赤等症。

●鲜芦根 100 克（亦可用干品 50 克代），淡竹茹 20 克，生姜 3 片，粳米 100 克。先将芦根洗净后切成小段，与竹茹一同入水煎之，约 15 分钟左右，去渣取汁，再入粳米熬粥，俟粥将成时再人生姜，略煮片刻，俟凉食之。滋阴清热，除烦止呕。主治小儿壮热心烦，口干，口渴，呕逆不止，饮食不下，或见咳吐脓血等。

●绿豆 30 克，粳米 15 克，白矾、碱少许、白糖适量。先将绿豆、粳米同入水中熬粥，俟粥融后再加入后三味，略煮片刻即可食之。清热利暑，除烦止渴。主治夏季暑热。

●菠菜 100 克，粳米 50 克。先用水如常法煮火熬粥，待粥将成时再将菠菜洗净切碎，同入粥中熬融，每日当晚餐食之。清热润燥。主治血虚燥热，口干，便秘等。

●菱角粉 30 克，白砂糖适量。先用少量冷开水将菱角粉调成稀糊状，再加入白糖，加滚开水冲调后食之。清暑解热，和胃安中。主治外感暑热，胃津受损，心烦口渴，纳呆食少等症。

●蚌或珍珠母 120 克，粳米 50 克。先用水煮蚌或珍珠母，约 30 分钟，去渣取汁，再入粳米熬粥，俟凉后食之。清热解毒，止渴除烦。主治温病发热，口渴，面目红赤等症。

●芹菜适量，白米 50 克。先用水如常法煮米熬粥，俟米将熟时再把芹菜洗净切碎，放入粥中熬融，不拘时食之。清热泻火。主治小儿发热，热不甚高，但原因不明者。亦主外感风热，头痛身热，口干烦渴，二便不利者。

●麦门冬 30 克，粳米 100 克，白砂糖适量。先用水煮麦门冬，至烂后去渣取汁，再入粳米熬粥，俟粥成后调入白糖，每日当晚餐食之。清心润肺，养胃生津。主治阴液亏损，低热不退。

●鲜竹叶 30～45 克（或干品 15～30 克），石膏 45～60 克，粳米 45～60 克，砂糖适量。先将竹叶洗净，同石膏加水煎汁去渣，放入粳米煮粥，粥成后调入砂糖，空腹食用。清热泻火，除烦止渴，清心火，利小便。主治温热病气分实热，口渴，小儿高热惊搐，以及心烦，口舌生疮，小便黄赤短小，淋涩疼痛。

●生石膏 100 克，粳米 60 克，葱白 2 茎，淡豆豉 6 克。将石膏打碎，先煎取汁，再入粳米、葱、鼓煮成稀粥。主治热性急病，高热不退，口渴多饮，亦可用于治疗胃火牙痛、头痛、咽喉痛等症。非高热或阴虚发热者禁用，凡平素脾胃虚弱、大便糖者亦不宜食用。

●炒决明子 10～15 克，粳米 100 克，冰糖少许或加白菊花 10 克。先把决明子放锅内炒至微有香气，取出，侍冷后煎汁，或与白菊花同煎取汁，去渣，放入粳米煮粥，粥将熟时，加入冰糖，再煮一、二沸即可眼食。每日 1 次，5～7 天为 1 疗程。清肝、明目、通便。适用于目赤肿痛，怕光多泪，头痛头晕，高血压病，高脂血症，肝炎，习惯性大便秘结。大便泄泻者禁服。

●淡豆豉 15～20 克，荆芥 3～6 克，麻黄 1～2 克，葛根 20～30 克，山栀 3 克，生石膏末 60～90 克，生姜 3 片，葱白 2 茎，粳米 100 克。先将上述各药同入砂锅煎汁（煎的时间不要太长，煎沸后再煎 5～10 分钟即可），去渣，放入粳米，同煮为稀薄粥。发汗，清热。适用于感冒引起的高热不退，肺热喘急，头痛，无汗，烦躁，失眠，咽干口渴，以及病毒性感染所引起的

高热无汗病人。汗出、恶寒怕冷者不宜服食，若服后汗出热退即停服。

●栀子仁 3～5 克、粳米 50～100 克。将栀子仁碾成细末，先煮粳米为稀粥，等粥将成时，调入栀子未稍煮即可，以 2～3 天为 1 疗程，每日分 2 次食用。不宜久服多食。清热、泻火。适用于目赤肿痛，急性眼结膜炎、黄疸性肝炎、胆囊炎。平素大便泄泻者忌用。

●蒲公英 40～60 克（鲜品用量为 60～90 克），粳米 50～100 克。取干蒲公英或新鲜蒲公英带根的全草，洗净，切碎，煎取药汁，去渣，入粳米同煮为稀粥，粥以稀薄为佳，宜 3～5 天为 1 疗程，每日分 2、3 次稍温服食。清热解毒，消肿散结。适用于急性乳腺炎，乳痈肿痛，急性扁桃体炎，疔疮热毒，尿道感染，传染性肝炎，胆囊炎，上呼吸道感染，急性眼结膜炎等。

●栝蒌根干者 15～20 克，鲜者 30～60 克或用栝蒌根粉 10～15 克，粳米 50～100 克。将栝蒌根煎汁去渣，或鲜者洗净后切片煎取浓汁，同粳米煮粥。粥宜稀薄，每日服 2 次，2～3 天为 1 疗程。清热、生津、止渴。适用于热病伤津，口渴多饮，肺热干咳，消渴。

●绵茵陈 30～60 克，粳米 50～100 克、白糖适量。先将绵茵陈洗净，煎汁，去渣，入粳米后加水适量煮粥，欲熟时，加入白糖稍煮一、二沸即可。粥宜稀薄，不宜稠厚，米也只能用粳米，不能用慐米，以 7～10 天为 1 疗程，每日分 2～3 次服食。利湿热、退黄疸。适用于急性传染性黄疸型肝炎，小便不利，尿黄如浓茶色。

●葛根粉 30 克，粳米 100 克。新鲜葛根洗净切片，磨碎澄清沉淀成粉 30 克，与粳米同煮成粥，早晚分服。升阳、解肌、清热、生津。主治夏季热或外感热症、口干烦渴等。

●地骨皮 30 克（鲜者 50 克），粳米 00 克，冰糖适量。取地骨皮煎水取浓汁，去渣，入粳米、冰糖，再加水煎煮，至米花汤稠待服。凉血除蒸，清肺止咳。主治阴虚血热，骨蒸潮热，盗汗，肺热咳嗽，不明原因的低热，以及血热妄行之衄血、吐血尿血等症。脾肾虚寒者不宜服。

●竹沥 100～15Q 毫升，粳米 100 克。用粳米入竹沥，煮稀粥，每日服 2～3 次。清热法痰。主治呼吸系统感染所引起的高热谵妄等症。胃寒吐酸者不宜用。

咯血

咯血是指血从肺、气管经咳嗽咯出，或纯血鲜红间夹泡沫，或痰血相兼，或痰中带血丝的病症。

治疗

验方

●粳米 100 克，酥油、蜂蜜各 30 克。米煮粥，加余二药，以文火再煮片刻。每天早晚 2 次，温热食用。主治阴虚咯血。

●薏米 100 克。捣碎煮粥食。主治咯血。

●生侧柏叶 15 克（研烂），童尿 40 毫升，米酒 30 毫升。共和匀服。主治咯血。

●附子、大蒜各适量。捣烂贴涌穴。主治咯血。

●大柿饼 1 个，川贝粉 10 克。将二者入锅加水 80 毫升，煮 30 分钟，一次服下。可连服 3～4 次。清热化痰止血。主治咯血。

●红枣肉、沙糖各 500 克，麻油 200 克。将红枣洗净，去核，捣烂，和沙糖、麻油拌匀，每晚服 50 克，连服 7 天。健脾补肺，滋润止血。主治咳血、吐血。

●芥菜叶 1 把。取新鲜芥菜叶，洗净，捣烂取汁一小杯，用开水冲服，一次服下。清肺凉血，收敛止血。主治肺出血不止。

●鲜大蓟 500 克。将鲜大蓟洗净，捣烂，用白布包好，榨取药汁（如无鲜品，可用于品 50 克，研成细末代），加白糖适量，冷开水送服，轻者 1 剂，重者数剂，孕妇忌用。清热凉血止血。主治咳血、吐血、衄血、尿血、便血、九窍出血。

●山白茶花 50 克。入锅加水 2 碗，煎成大半碗，加糖后服，日 3 次，连服一周，清热止血。用治咳血。

●明矾 40 克，孩儿茶 50 克。将二者研为细末，存放有色瓶中备用。小量咳血每次 0.5 克，日服 3 次，中量咳血，每服 1 克，日 4 次，大量咯血，每服 1 克，3～4 小时 1 次，待咳血稍止，即须减量。收敛止血。主治咳血。

●柳树花 100 克，取未开放之柳树花，烙于研末，每服 10 克，以糯米汤冲服，日 3 次。清热止血。治疗咳血。

●干百合研粉 30 克（鲜者加倍），粳米 100 克、冰糖适量。干百合研粉取 30 克，或将鲜百合洗净、切碎，与粳米加水适量熬粥，将成时放入冰糖适量，搅拌均匀，稍煮 1、2 沸即可。可早晚服食。清热润肺、凉血止血。用于劳嗽咯血，干咳无痰等。脾胃虚寒老人忌久服。

●银耳 10 克，粳米 100 克，大枣 5 枚，冰糖适量。将银耳洗净泡 4 小时备用，用粳米、大枣先下锅加水煎煮，水沸后加入银耳及适量冰糖同煮成粥。滋阴清肺，健脾养胃。主治肺热干咳喘，痰黄稠难咳，痰中带血。

●雪耳 10～15 克,冰糖适量。雪耳洗净后放碗内加冷开水浸 1 小时左右，待雪耳发胀后拣去杂物、再加冷开水及冰糖适量，与雪耳一起隔水炖 2～3 小时即可。滋阴润肺，生津止血。

●白莲藕、人乳、白蜂蜜各 120 克。白莲藕捣烂取汁与人乳、白蜂蜜搅匀，放入锅蒸 1 炷香光景，早晚各服 1 盅。凉血止血。渴时用藕煎汤代饮。忌茶水。

敷贴法

●肉桂 3 克，硫黄 18 克，冰片 9 克，大蒜 1 头。先将前 3 味药共研未，再用大蒜捣烂成泥调匀，敷双足涌泉穴，外覆纱布，胶布固定。每日 1 次，每次 2 小时。主治咯血。治疗同时可结合内服中药。

●生大黄 10 克。将生大黄烘干，研末，用醋调成膏，纱布包裹，敷神阙穴。纱布覆盖，胶布固定。2～3 天换药 1 次，3 次为 1 疗程。主治血热咯血。

●大黄、大小蓟、荷叶各 15 克、茅根 30 克、茜草根、丹皮、柏叶、棕皮、栀子各 9 克、藕汁 90 克、莱菔子 90 克。上方前 10 味烧灰，然后用药汁调和，外贴膻中穴，每日 1 次，3 次为 1 疗程。主治咯血（热瘀型）。

中 暑

中暑即在高温环境或暑天烈日下工作，人体因阳光辐射及高温的作用，尤其当温度较高，通风不良及机体热适应能力减低时所引起的体温调节障碍、水盐代谢紊乱及神经系统功能损害的一系列症状。在高温环境下劳动一定时间后，有大量出汗、口渴、头昏、耳鸣、胸闷、心悸、恶心、四肢无力、注意力不能集中，甚者有昏厥、昏迷、痉挛或高热等症。

治疗

西药

●常用药物有氯丙嗪和异丙嗪，用药过程中，应密切注意病人的脉率、血压，如血压下降，应减慢药液静脉滴速或停药。对于高热、深度昏迷、抽搐、休克的重症病人，可应用冬眠疗法。

中成药

●先兆和轻症中暑者，可选用六合定中丸、仁丹、十滴水、解暑片、藿香正气水、甘露消毒丹、桂苓甘露散等药。重症中暑有昏迷、抽搐者，可用至宝丹或紫雪丹。

验方

●干姜 15 克，陈皮 10 克，甘草 6 克。水煎去渣，徐徐灌服。主治中暑昏倒。

●大蒜 100 克，路边热土。共研烂，加入凉水拌匀，过滤去渣灌于患者。主治中暑昏倒。

●葱 1 根。生葱嚼烂，和津咽下。主治中暑热渴欲死，道中仓猝无水可饮。

●鲜荷叶、蜂蜜各 100 克。水煎服，每天 1 剂，连服数天。主治中暑。

●黄瓜 1500 克，蜂蜜 100 克。黄瓜洗净去瓤切条，放砂锅内加水少许，煮沸后去掉多余的水，趁热加蜜调匀，煮沸，随意食用。主治中暑。

●干百合 100 克，蜂蜜 150 克。同入大碗内蒸 1 小时，趁热调匀，待冷装瓶备用，可适量常服。主治中暑。

●鲜苦瓜 1 条，绿茶 3 克。苦瓜去瓤切碎，与绿茶加水煎服。主治中暑。

●鲜苦瓜，茶叶适量。苦瓜截断去瓤，纳入茶叶，再结合，悬通风处阴干，水煎或开水冲泡，代茶饮，每次 6～10 克。主治中暑发热。

●大蒜适量。将大蒜去皮捣烂，和热水灌之。主治中暑。

●食盐 15 克，生姜 18 克。同炒，以水一碗煎服。主治中暑。

●生姜 1 块。急嚼生姜，冷水送下。主治中暑轻症。

●生姜汁适量。灌服。主治中暑昏倒，不省人事。

●大蒜适量。捣烂取汁，急灌鼻孔，喉响，即苏醒，再以凉蒜汁服。主治中暑昏倒。

●生姜汁，韭菜汁各 20 毫升，大蒜汁少许。灌服。主治中暑昏厥。

●绿豆 60 克，鲜丝瓜花 7～8 朵。绿豆煮熟，捞出绿豆，放入花煮沸。一次服下。清热解暑，主治中暑。

●藿香、薄荷、青蒿各 300 克，甘草 90 克。将前 3 味药切碎，文火微炒；甘草打块，与前 3 味药混匀，每袋 13 克。每次 1 包，每日 2 次，开水冲服。辛凉解表。主治中暑。

●杨梅、酒，侵泡 3 天，每次食杨梅 5 枚，每日 2～3 次。预防中暑。

●红葡萄酒，大麦茶。红葡萄酒掺入水，制成冰块，放入大麦茶食用。主治中暑。本方可解暑降温。

●茶叶 6 克，霍香、佩兰各 9 克。沸水冲泡，代茶饮。主治暑热吐泻。

填脐法

●仁丹（中成药）15 克研细末，填脐窝，外以纱布、胶布封固。每日 1～2 次，用至热退、痉止、窍开。主治暑犯心包。

●痧气丸（中成药）3 克研粉填脐中，外以纱布覆盖，胶布固定。主治中暑。

熨脐法

●温热水、或热土、或盐、或热水袋。布蘸温热水，或布包热土，或将盐炒热布包，或用热水袋，温熨神阙及腹部气海、关元等穴，冷则易之，使其阳回厥复。主治中暑神昏。

嗃鼻法

●大蒜头半个或生姜适量。上药任选一种，捣汁灌鼻内，使病人神志清醒即可。主治中暑神昏（急救）。

鼻嗅法

●锈铁 1 块、醋适量。将锈铁烧红，淬醋熏之，使患者回苏神安为度。主治中暑神昏（急救）。

滴鼻法

●生姜。捣烂取汁，滴入鼻内，每侧鼻孔滴入约 5～7 滴，15～17 分钟 1 次，至患者苏醒为止。主治暑犯心包之中暑。

●大蒜、生姜各等量。共捣烂取汁，滴鼻取嚏，主治中暑昏倒。

●大蒜、鲜鹅不食草各适量，共捣烂取汁，滴鼻取嚏。主治中暑昏倒。

●鲜韭菜、或鹅不食草、或生姜适量。捣烂取汁，滴入鼻内。每侧鼻孔滴入 5～7 滴，15 分钟 1 次，患者苏醒为止。主治暑犯心包。

点眼法

●火硝 6 克，朱砂 9 克（立飞），麝香、冰片、炒荜拔、白矾各 1 克，牛黄、食盐各 0.3 克，真金箔 30 张。上药研为细末，入瓷瓶内，密封勿泄气。凡遇中暑挟痧证，挑取少许，点眼角内。每日 3～4 次，用至神志苏醒或症状减轻。主治中暑（神志昏迷无法服药者）。

烟薰法

●沉香、檀香适量，将二药烧烟，令香气四溢。使患者窍透神醒。主治中暑。

针刺法

●毫针①暑入阳明取大椎、内关、曲池、委中等穴。②暑犯心包或阴阳离决取水沟、百合、十宣、曲泽、委中、涌泉等穴。均用泻法。曲池、委中、十宣、曲泽用三棱针放血。每日 1～2 次，中病即止，放血之量，应视病人体质、病情轻重而灵活变通。

●梅花针①轻症：脊柱两侧，重点叩打胸、腰部、时窝，人中点刺，指尖放血。②重症：脊柱两侧，重点叩打后颈、骶部、足三里、内关、三阴交，人中点刺，指尖放血。中度或较重度刺激。每日 1～2 次，5 次 1 疗程。

●耳针心、神门、交感、皮质下、肾上腺等穴。上穴全取，任选一耳，以中、强刺激为宜，留针 30 分钟。治疗兼症，根据症状，加刺相应穴位。如头痛加刺额、枕。腿肚转筋，加刺膝透踝等穴。针灸治疗中暑具有良好的效

果，临床报道甚多，一般每治即效。本病发生后，应迅速给患者一通风环境，并采用冷湿敷，酒精擦浴、平风扇、凉饮等措施。重症中暑如出现循环衰竭、脱水昏迷等严重病情时，应争取时间、及时采取中西医综合抢救。对中暑昏迷者，须注意与流行性乙型脑炎、脑性疾病相鉴别。

肺炎

肺炎是一种常见的呼吸道疾病，一般指大叶性肺炎、支气管肺炎及间质性肺炎。其病因主要是细菌、病毒、支原体、真菌感染或物理、化学等因素引起的。主要表现为寒战发热，咳嗽、胸闷、气促、咯痰，痰多为粘液脓性，或铁锈色，部分病人可有痰中带血，咳嗽或深呼吸胸痛加重、恶心、呕吐等症。

治疗

西药

●细菌性肺炎可选用的抗菌消炎药物有复方新诺明、麦迪霉素、螺旋霉素、强力霉素、青霉素、链霉素、庆大霉素、卡那霉素、小诺霉素、红霉素、先锋霉素、氯霉素等。支原体肺炎可选用四环素、红霉素、氯霉素、链霉素等。病毒性肺炎国内尚无特效药物治疗，人体免疫球蛋白（丙种球蛋白）对该病有一定作用。对继发细菌感染者，治疗同细菌性肺炎。高热胸痛者可服扑热息痛、阿司匹林或阿苯片。

中成药

咳嗽、黄痰、不易咯出、鼻塞、头痛、咽痛、胸痛者，可选用桑菊感冒片、解肌宁嗽丸。干咳、无痰、气冲咽喉、口干舌燥、声音嘶哑、咳引胸痛、鼻操咽干、津液不足者，可选用雪梨膏、保金丸。

验方

●黄连 3 克，黄芩、淡豆豉、焦山栀、沙参、杏仁、瓜蒌皮、地骨皮、知母各 9 克，芦根 60 克，茅根 30 克，玄参、苡仁各 15 克，石膏 24 克。每日 1 剂，水煎分 3 次服。治大叶性肺炎。主治肺炎。

●银花、芦根、枇杷叶、连翘、竹茹、杏仁、麦冬各 9 克，薄荷、知母各 6 克，花粉、生谷芽各 12 克，甘草 3 克。每日 1 剂，水煎服。治肺炎风热在表型。主治肺炎。

●鱼腥草、金银花、侧柏叶各 30 克，丹参 30～60 克，三七

10 克，黄芩、连翘各 15 克，生石膏 60～300 克，浙贝、杏仁、北五味、甘草各 10 克，大黄 10～15 克。每日 1 剂，水煎服。热盛者加水牛角 30 克，玄参 10 克，丹皮 10 克；渴甚加石斛 10 克，芦根 10 克；喘加地龙 10 克，葶苈子 10 克；胸痛剧加郁金 10 克，延胡索 10 克，赤芍 10 克等。主治肺炎。

●板兰根、双花、连翘、鱼腥草、紫草、贯众各 25 克。水煎浓缩至 20 毫升，每日 4 次，一岁以下者每次 3 毫升；一岁以上者每次 5 毫升。主治肺炎。

●银花、蜂蜜各 30 克。加水 500 毫升，煎汁去渣，冷却后加蜂蜜调匀即可。主治肺炎。

●生石膏 100～200 克，粳米 100 克。将生石膏捣碎入砂锅，煮 30 分钟去渣取清，再入粳米煮粥至熟烂，候温食用，每日 2～3 次。使用本方时宜热退即停服。主治肺炎。

●鸭梨 3 个约重 350 克，粳米 50 克，冰糖适量。将梨洗净，绞碎挤汁。米洗净，加水煮粥，待粥将熟时放入梨汁及冰糖，再煮片刻即可。

●大梨 3 个，藕 1 支，荷梗 1 米，橘络 3 克，甘草 2.4 克，生姜 3 片，莲子心 10 根，元参 6 克。梨、藕及姜分别去皮捣汁，荷梗切碎，元参切片，与橘络、甘草、莲心一起加水共煎半小时，放温，滤过药汁，与梨、藕、姜

汁混合。主治肺炎。

●丹参、黄芩、公英、败酱草各 60 克，苯甲醇 20 毫升，氯化钠 8.5 克。用清水将药洗净,放入 3000 毫升温水中浸泡 1～2 小时后进行蒸馏,收集 2000 毫升，再进行第二次蒸馏，收集 1000 毫升加以过滤后，再将苯甲醇、氯化钠放入液内搅匀精滤，分装 2 毫升安瓿，经 100℃灭菌消毒后即可使用。成人每日 3 次，每次 2 支肌注，小儿酌减。主治肺炎。

●炙麻黄、杏仁、桔梗、甘草各 10 克。生石膏 30～60 克，鱼腥草 30 克，鲜芦根 30 克，生桑皮 20 克，加水 1000 毫升，煎取 300 毫升。再加热水 300 毫升，煎取 150 毫升。两次药液混合，每日 1 剂，分 3 次温眼。主治肺炎。

●麻黄、杏仁各 10 克，半夏 12 克，陈皮 10 克，百部 15 克，桔梗 10 克，桑皮 15 克，紫菀 10 克，川贝 6 克，蒌仁 10 克，鱼腥草 15 克，甘草 6 克。加清水 1000 毫升，煎取 300 毫升，再加热水 500 毫升，煎取 200 毫升，两次药液混合，每日 1 剂，分 3 次温服。主治肺炎。

●鱼腥草、大青叶各 30 兑，虎杖 60 克，瓜蒌仁 15 克。将药水煎服，每日 1 剂，分 2 次口服。清热解毒。主治大叶性肺炎。

●百蕊草适量。将药水煎。文火煮 10～20 分钟。夏季每日 20～60 克，秋季每日 60～90 克（干品量）。清热解毒。主治肺炎。

敷贴法

●白芥子、青皮、苏子各等量。将上药炒热，布包敷于炎性病灶在背部体表的投影区，每晚敷 20 分钟（须体温降至正常时施行），7 日为 1 疗程。主治肺炎迁延不愈者。

●肉桂 12 克、丁香 10 克，川乌、草乌、乳香、没药各 15 克，当归、川芎、赤芍、红花、透骨草各 30 克。将上药烘干，共研细末，过筛，装瓶备用。临症取适量，加凡土林调成膏，配成 10～20%药膏，外敷胸部或背部阿是穴（湿罗音区），2 日换药 1 次，5 次为 1 疗程。主治迁延性肺炎。

●艾叶一小团，醋、酒适量，葱白 3 根。将上药捣烂成泥，敷于脐部，胶布固定。24 小时去掉，再用三棱针点刺虎口穴（出点血即可）。清热发散，主治肺炎。

●芥末面适量。用水调均，敷于前胸。（注：可有轻微疼痛，不影响疗效）。每日 1 次，主治肺炎。

●白芥子 3 份、面粉 1 份。将白芥子炒黄、炒香，研为细末，加白面用开水调成糊状，敷双侧肺俞、阿是穴（胸前和背后罗音最明显部位），敷药前局部用热水洗净，盖 1～2 层油纱布，然后敷药。待局部发红，或有烧的感时去掉，一般敷 2 小时以上，每日 1～2 次，3～5 天为 1 疗程。主治各种肺炎。

支气管哮喘

支气管哮喘是一种较常见的呼吸道过敏性疾病，常见病因有病毒、细菌、霉菌所致的呼吸道感染，加之接触过敏原而引起的过敏反应，如动物皮毛、分泌物、亚麻、棉籽、有机磷农药、牛奶、鱼，蟹，服用药物如阿司匹林、心得安等都能引起支气管哮喘。哮喘发作前常有鼻塞、喷嚏、喉痒、流涕、咳嗽、胸闷等先兆症状，后突然发作加剧，即出现胸闷窒息感，呼吸困难，主要是呼气困难，伴有喘鸣音，不能平卧，痰不易咯出，口唇发紫，甚或手足冰凉、恶心、呕吐，一般夜间加重。

治疗

西药

●哮喘发作时.可选用氨茶碱、麻黄素、喘息定、舒喘灵、色甘酸钠等治疗。有呼吸道感染、咳嗽、咯痰时，可选用法痰和抗感染药。如果哮喘严重，用上述一般平喘药物不能控制，发作持续超过 24 小时，则称为哮喘持续状态，此时，容易造成呼吸和循环衰竭，病人必须送医院救治。

中成药

●咳多、痰多、喉中痰鸣、胸闷、痰易咯出者；可选用气管炎片、牡荆油丸、贝母止咳丸、通宣理肺丸。胸闷、烦躁、怕热、唇红、面红、气粗痰鸣、咳呛、吐黄或白色粘稠痰、尿少、大便秘结者，选用平喘片、哮喘冲剂、竹沥达痰丸、二母宁嗽丸。

验方

●炙麻黄、杏仁、甘草各 10 克，蔓荆子、地龙备 15 克，黄芪 120 克，炙半夏 15 克，知贝母 10 克，仙灵脾 15 克，补骨脂 15 克。水煎 2 次分服，1 日 1 剂，主治哮喘。肺失宣降，肾不纳气。

●白石英粉 30 克，青黛拌蛤粉 15 克，北条芩、煅龙牡粉各 24 克，川贝母、炙紫苑、款冬花、清半夏、远志肉、白茯神，冬瓜子各 10 克。加水 1500 克，熬成 500 克，1 日分 3 次服。另用西洋参 15 克炖汤兑入药汁中同服。主治阵发性哮喘，发则难以平卧，抬肩陷肋、呼吸气短迫促，汗出肢冷，脉象弦数，舌苔白滑，舌质紫暗，痰多色白，咳极难出。

●活蟾蜍 10 只，白胡椒 60 克，法半夏末 50 克，陈皮末 20 克，蛤蚧 2 条，田七末 12 克。将活赡赊去皮及内脏，每只腹中纳入白胡椒 6 克，法半夏末 5 克，陈皮末 2 克，用线缝好，黄泥包裹，置炭火中锻存性，取出，去黄泥，研末；另将蛤蚧置瓦上焙黄脆（勿焦）研末；将上药末与田七末混合和匀。分成 30 包，瓶装密封备用。哮喘发作时，每日晨起及晚睡前各服 1 包。待病情稳定后，则每晨 1 包，主治哮喘。

●干姜、皂角、肉桂各等份。共研细末，炼蜜为丸，如梧桐子大，每次 3 粒。l 日 2～3 次。主治哮喘，遇冷即发者。

●半夏、鲜姜、干姜各 30 克，巴豆霜 7.5 克。半夏、干姜研为细末，入巴豆霜研匀，以鲜姜汁打面糊为丸，如玉米大；每次 10 粒，饭后生姜汤送下。1 日之次。主治喘满咳嗽，小便不利。

●生姜 15 克，天南星 6 克。水煎服。主治寒喘。

●生姜 30 克，陈皮 10 克、半夏 6 克。水煎服。主治寒喘。

●生姜 60 克。捣烂，炼蜜为丸，如梧桐大，每次 20 粒，米汤送下，l 日 4 次。主治哮喘。

●炙皂角、蜂蜜、生姜各适量。皂角研为细末，炼蜜为丸，如梧桐子大，每次 3 粒，生姜汤送下。1 日 3 次。主治哮喘。

●白芥子、姜汁。白芥子研为细末，以姜汁调糊，敷于肺俞穴。至发红去除。主治哮喘。

●生姜汁适量，半夏、瓜篓各 30 克。后二药研为细末，姜汁打糊为丸，如梧桐子大。每次 50 粒，饭后姜汤送下。主治哮喘。

●干姜 30 克，人参 1 克。共研细末，以饴糖为丸，如弹子大，每次 1 丸，含化咽下。主治虚喘。

●干姜、党参各 9 克，炙甘草 3 克。水煎服。主治虚喘。

●生姜、核桃。细细嚼食。早晚各 1 次。主治肾虚喘。

●生姜、生石膏、甘草。水煎服。主治支气管炎，

●巴豆 2 粒去油，炒热以姜汁作成圆柱状，纱布包卷，在陈皮水中浸泡 10 分钟，塞入鼻腔，15 分钟去除。主治喘急痰多者。

●陈皮、桑白皮、苏子各 10 克。共蜜炒，水煎服。清热泻肺，行气化痰。主治哮喘。

●川贝母、半夏、广橘红各 15 克。共研细末，早、中、晚 3 次，开水加白糖调服 1.5～3 克。润肺化痰，止咳平喘。主治哮喘。

●苦竹沥 30 毫升。加温后频频服。清热化痰，止咳平喘。

●片竹黄、陈胆星、广郁金各 6 克。上药共研细末，每服 2 克，糖水送服。清热化痰，止咳平喘。主治哮喘。

●炙麻黄、白糖各 30 克。先煎麻黄 2 次，将药液合兑，加入白糖，待冷后分 6～8 欢服下，每日 1 剂。宣肺平喘。主治哮喘。

●地龙 10 克，葶苈子 6 克。共研细末，每服 1.5 克，1 日 3 次，开水送服。主治哮喘。

●大蒜适量，狗肉适量。炖服，隔日 1 剂。温肺平喘。

●胡桃肉适量。每次生用 3～5 克，1 日 3 次。温肺补肾定喘。主治哮喘。

●茶末、白僵蚕各 30 克。研为细末，开水冲泡，临睡前加水服。主治风痰咳喘。

●米醋、鸡蛋。醋煮鸡蛋，蛋熟后去壳，再煮 5 分钟。食蛋，每次一个，每天 2 次。主治季节性哮喘。

贴脐法

●苍耳子、苍术、细辛、白芥子各 5 份，公丁香、肉桂、半夏各 3 份，麻黄 10 份，人造麝香 1 份。上方共研细末，调膏贴脐。2 天换药 1 次，10 次为 1 疗程。主治支气管哮喘、支气管炎。

●黄芩、地骨皮、车前子各等份，鲜地龙适量。先将前 3 味研为细末，用时取 3 克与鲜地龙捣融为膏，贴于脐部，外以胶布固定。每日 1 次。主治热喘，症见咳喘气粗，痰黄质稠，咯痰不爽等。

填脐法

●麻黄 15 克，细辛、苍耳子、延胡（醋炒）各 4 克，公丁香、吴茱萸、白芥子、肉桂各 3 克。诸药共研细末，装瓶密封备用。用时取药末适量，用脱脂棉薄裹如小球，填塞脐孔，以手压紧使陷牢，外以胶布贴紧。隔 2 天换药 1 次，10 天为 1 疗程。主治寒喘。症见胸闷喘急，咳嗽，吐痰清稀色白，喉间痰鸣等。如贴药末满时，即感脐孔灼热发痒时，应立即揭下贴药，1～2 天后脐孔不痒时再如前法施之。

●故纸、小茴香各等量。研成极细粉末，瓶贮密封备用，用时取适量填纳脐孔，外以纱布覆盖，胶布固定，2 天换药 1 次，10 天为 1 疗程“ 主治虚喘，哮喘日久，肾不纳气，气喘，喉间哮鸣有声，动则喘促更甚。

●氨茶硷 2 片，克咳敏 1 片，芫花 1 克，细辛 1 克。共研末备用。用时取药末填敷脐中，外以纱布包扎，每天换药 1 次。主治哮喘及喘息型支气管炎。

●热参 500 克。上方用 95%乙醇（含 0.1 盐酸）渗滤，渗滤液回收乙醇，浓缩至稠膏约 60 克，加淀粉等量混合烘干，研末即成热参总碱。用时先将脐窝用温水洗净，擦干，再取上药 100 毫克填敷其中，然后盖软纸片，外以药棉压紧，胶布固定。5～7 天换药 1 次。主治哮喘发作。

●硫黄粉、甘草各 50 克，白芍、白术各 20 克，白矾粉 10 克。先将甘草、白芍、白术用水煎煮 2 次，煎液混合一起浓缩成稠膏，再加入硫黄粉、白矾，烘干研末填脐窝内，盖以软纸片，上以药棉轻轻压紧，胶布固定。每次用量 200 毫克，5～7 天换药 1 次。主治哮喘缓解期。

熨脐法

●白芥子 10 克，胡椒 5 克，细辛 3 克。上 3 味共研细末，用时以药末填满肚脐凹为度，外用胶布固定。每 1～2 日 1 次，用热水袋热熨 15～30 分钟。主治寒性哮喘。

●炒苏子、炒葶苈子、炒白芥子、生半夏各等份，生姜汁适量。先将前 4 味研成细末，用时取 3 克与生姜汁调为糊状敷于脐上，盖以塑料薄膜，外用胶布固定。每 1～2 日 1 次，热水袋热熨 10～15 分钟。主治痰喘症。

烟熏法

●细辛、牙皂各 10 克，王不留行 6 克，艾叶适量。上药共研末，分为 3 份，每日 1 份，分 2 次放入竹筒中燃烟，患者凑上吸烟。主治各型哮喘。对烟熏刺激诱发的哮喘禁用；对重度或哮喘持续状态慎用。

点滴法

●葱白提取液（1：1）、地龙提取液（1：1）各 8 毫升。1 次 1～3 滴滴鼻，每 2～4 小时 1 次，10 日为 1 疗程，连滴 2～3 个疗程。主治各型哮喘。

坐药法

●百里香油 200 毫克。哮喘发作时，取 1 粒置于肛门内 2 厘米处，半小时内勿排便。主治哮喘

灌肠法

●麻黄 6 克，半夏、桑白皮、五味子各 10 克，细辛 12 克。上药加水 800 毫升，浓煎至 200 毫升，每晚 8 时作高位保留灌肠，5

日为 1 疗程。主治哮喘中度发作。一般 0.5～3 小时内缓解，2 天左右完全控制；重度发作，可于 1～1.5 天内缓解，5 天左右临床症状完全控制。

针刺法

●毫针①实症取天突、肺俞、大椎、风门、定喘等穴。咳嗽加尺泽、太渊；痰多加中脘、足三里、丰隆等穴。②虚症取肺俞、膏育、气喘、喘息、俞府、太溪等穴。兼肺虚者加膻中；脾虚加足三里、丰隆；肾虚加关元、气海、命门等穴。实症用泻法：虚症用补法或加灸。发作期每日 1 次，喘平后隔日 1 次，10 次 1 疗程。休息 1 周继续针灸 1～2 疗程。次年夏季可再针 1～2 疗程。

●灸法①肺俞、风门、天突、足三里等穴。②大椎、膏盲、膻中、气海

等穴。以艾卷温和灸常规操作，两组交替使用。每日灸 1 次，每穴灸 20 分钟（可同时进行），也可分次施灸。10 次 1 疗程，疗程间隔 1 周，继行下 1 疗程。

●梅花针：发作期以胸腰部、前后肋间、剑突下、孔最、天突、大小鱼际、气管两侧、颈部为主；配大椎、内关、足三里。缓解期：肺经症状为主者，取胸部、前后肋间、太渊、膻中为主，配刺气管两侧、后颈、腰部及骶部、上腹部；若脾经症状为主者，取胸腰部、上腹部为主，配刺气管两侧、中府、太渊、内关、合谷、足三里；若肾经症状为主者，取脊柱两侧及前后肋间，重点叩打腰、骶部、腰椎 1～5 两侧、俞府。发作期：每日治疗 2～3 次，采用重刺激手法。缓解期：隔日治疗 1 次，15 次 1 疗程，采用中等刺激。

●耳针气喘为主取肺、平喘、神门、肾；脱敏取肾上腺、枕、神门；兼咳嗽甚者取肺、气管、大肠、内分泌；缓解期以培土为主，取肾、脾、肺、三焦、内分泌。取 28 号 0.5 寸毫针刺入，快速捻转，可留针 l～4 小时、亦可埋针 24 小时。每次选穴 3～5 个；两耳交替。亦可用电针刺激。缓解期可用耳穴压丸法巩固疗效。

●头皮针双侧胸腔区。用 26 号毫针沿皮快速刺入 1.5～2.5 寸，以强刺激手法捻转，每分钟 200 次以上，每针持续捻转约 1 分钟，留针 5～10 分钟。捻 3 次后起针，每日 1 次，10 次 1 疗程。

●电针肺俞、孔最、鱼际、定喘。配穴：天突、合谷、膻中、内关。体质虚弱者加足三里；痰多加丰隆；伴呼吸道炎症者加大椎；合并肺气肿者加肾俞、关元。每次选 2～4 穴，以上穴位交替使用。先采用密波（也可用连续波），5 分钟后改用疏密波。开始时用中等刺激，逐渐增加到强刺激，每次 15～60 分钟。根据病情需要，每日治疗 2 次或 1 次，亦可隔日 1 次。10 次 1 疗程，疗程间隔 5～7 天。此法对发作期的治疗效果好。

●水针取肺俞、定喘等穴。取患者静脉血 3 毫升，加入维生素 C100 毫克（2 毫升），混匀后穴位注射，每次取 1 穴（双侧），每穴注入 2；5 毫升。每周注射 2 次，两穴交替。注入时应注意针刺方向和深浅，定喘穴可直刺 1～2 厘米，肺俞穴应向脊柱侧斜刺 1～2 厘米。

火罐法

●大椎。患者取俯伏坐位，将大椎穴部位消毒，根据患者体型胖瘦选用直径为 1.5 寸或 2 寸的玻璃火罐 1 个，用闪火法将火罐扣在穴位上。约 10 数分钟后，吸附部位产生瘀血现象和皮肤出现水泡，如 10 分钟不出现水泡可延长拔罐时间，直至皮肤出现水泡后再起罐。然后用酒精棉球将瘀血处的水泡轻擦（勿将水疱擦破）消毒，用消毒纱布敷盖上，胶布固定，7 天后水泡自行吸收、结痂而愈。患者喘急呼吸困难者，可配合针刺鱼际穴，施以捻转提插（泻或平补平泻）手法，直到思者感觉喘息渐平，胸前看迫感逐渐缓解时，方可出针。拔罐每 7 天 1 次，5 次为 1 疗程。本法适用于支气管哮喘。

●①大椎、肺俞、脾俞、肾俞。②身柱、关元、膻中、中府。以上两组穴，每次用 1 组，每日 1 次。采用火罐法，留罐 10～15 分钟。本法适用于支气管哮喘。

走罐法

●上背部脊柱两侧，包括定喘、大杼、风门，肺俞等穴。患者取俯伏坐位，用大号火罐两个，以闪火法吸附于脊柱两侧，行走罐法。可反复走 2～3 遍，约 30 分钟左右。主治支气管哮喘。

刺络（刺血）拔罐法

●①大杼至隔俞 7 对背俞穴，②肺俞、膈俞（均双侧）。先取①组穴，施毫针刺，以捻转补法 1 分钟。再取两侧肺俞、隔俞用三棱针点刺 3～5 点，见血后复置玻璃罐用闪火法拔之，每罐出血量达 10 毫升即行取下。主治哮喘。

●肺俞、风门、丰隆、尺泽等穴。用消毒的三棱针，在穴及其附近瘀阻明显的血络点刺，交替取穴。然后用闪火法于上述穴位拔火罐，留罐 20 分钟，隔日 l 次。主治哮喘。

针罐法

●肺俞、大椎、风门等穴。先针刺所取穴位，用平补平泻法，留针 20 分钟左右。起针后用一较大火罐或广口罐头瓶，拔于大椎和肺俞之间。如病人过于消瘦，脊柱凸起不易拔牢，可用较小的火罐拔于两侧肺俞之处，留罐 10 分钟左右。发作期每日 1 次，喘平哮鸣音消失后可隔日 1 次，10 次为 1 疗程。休息 3～5 天，再行下一疗程。主治哮喘。①治疗中应忌烟酒及生冷辛辣、肥甘之品，以及引起哮喘发作的一切因素。②本病易复发，治疗后来年夏秋季节不论发作与否，再治 1～2 个疗程，巩固长期效果。

●主穴：定喘、风门透肺俞。配穴：外感风寒配合谷、列缺；气促上逆配天突、孔最；痰多配足三里、丰隆；动则喘甚配关元、膻中；咳嗽配尺泽、太渊。采用 1.5～2 寸毫针。定喘穴（大椎穴旁开 5 分处，双）向脊柱斜刺，用热补手法，使针感向前胸部放散。风门透肺俞，光刺入风门，针尖斜向肺俞，切忌深入刺及内脏。采用提插捻转、平补平泻手法，以针下得气为度，留针 20 分钟左右，中间行针 2～3 次，以加强平喘效果。3～5 岁儿童可采用 5 分毫针刺入 2～3 分，针刺得气即起针。不满周岁儿童可用 5 分长毫针点刺不留针。根据年令大小在起针后选择适宜之火罐，用贴棉法轮换拔于大椎、肺俞、风门等穴上。若病人过于消瘦，脊柱凸起者不易拔住，可用较小火罐；拔于两肺俞穴。留罐时间一般 10 分钟，小儿可适当缩短。哮喘发作期每日治疗 1 次，喘平、听诊哮鸣音消失，可改为隔日 1 次、10 次为 1 疗程，疗程间隔 3～5 天。主治哮喘。①在治疗过程中要避免感冒。②禁食辛辣和寒性食物；避免接触与哮喘发作有影响的不良刺激和气味。

●定喘穴（大椎穴旁开 5 分处）。常规消毒后，针尖稍偏向椎体方向，刺入深度 0.5～1.5 寸，用强刺激手法，使病人有较强的酸胀感，不断提插捻转，留针 10～15 分钟后起针，而清再进行拔罐治疗。本法适用于治疗哮喘持续状态。①针刺应掌握进针方向和深度，以免引起气胸。②治疗过程中应行西医常规治疗。

水罐法

●肺俞（双）穴。在温暖的室内，病人脊背外露，取坐位。使用 1 号大玻璃罐，内装热温水半罐多，将燃着的薄纸卷投入罐内，迅速将罐扣在肺俞穴，先扣左侧，再扣右侧，约停 3 分钟左右，水罐内无数水泡连连上冒。约留 15 分钟起罐（因罐内有水，起罐时须将罐子慢慢滑向一侧，使罐口向上，一翻掌起罐则滴水不漏）。哮喘轻者 4～5 次，略重者 5～6 次。治顽固者加拔前胸“屋翳”穴（乳头上约 3 寸），左右两穴各扣一水罐。主治哮喘。对年老体弱，病程较久之哮喘，由于长期发病，肺脾肾功能失调，而为虚证哮喘，治疗必须扶阳以护阴。水罐与中药合用方显奇效。

药罐法

●①肺俞（双）穴，②隔俞（双）穴，③大肠俞（双）穴。罐具由无色透明玻璃制成，治疗时选用大小适宜之罐，术者一手持罐，罐口向下紧扣于穴位皮肤，另一手持注射器吸取药液（麻黄 25 克，苏子 20 克，生大黄 20 克，肉桂 15 克，煎煮成浓度为 40%的药液）20～40 毫升，灌注于水罐内，将橡皮帽复益于罐排气孔上、用注射器或吸引器，抽出罐肉空气，形成负压，然后用止血钳夹紧导管、留置 30～40 分钟，治疗结束后松开止血钳及橡皮帽，用注射器连接头皮针导管，吸尽罐内药液。每次选用 1 组穴位，每日 1 次，10 次为 1 疗程。休息 3～5 天后继续第 2 疗程治疗。主治支气管哮喘。①过敏性体质患者，罐内负压可酌情减小，同时拔罐时间可减少至 15 分钟。②拔罐部位起有水泡，可用注射器针头吸取其中液体，无菌纱布敷盖固定。

灸治法

●天突、列缺、中脘、足三里等穴。按艾炷灸常规法操作。每次每穴灸 10～20 分钟，每日灸 1 次，5～7 次为 1 疗程。主治支气管哮喘（冷哮）。艾炷宜选用中等者。灸治期间应防受风寒，以免病情复发，治愈后或疗效达临控后，应巩固治疗 3～5 次。

●肾俞、关元、俞府、丰隆等穴。按艾炷灸法施术，每天灸 1 次，每次每穴灸 15～20 分钟，10 天为 1 疗程，一般 3 个疗程症状即缓解。主治支气管哮喘（虚喘）。症状缓解后应巩固治疗 3～5 次，如遇哮喘持续状态较严重者，应配合其它有效的疗法。

●大椎、风门、肺俞、膻中等穴。用麦粒灸（艾炷小如麦粒）法施术。每穴每次灸 3～5 壮，10 天灸 1 次，3 次为 1 疗程。主治支气管哮喘。本法适用于支气管哮喘缓解期，一般在伏天用此法治疗。

瘢痕灸

●大椎、风门、肺俞、天突、膻中等穴。按瘢痕灸常规操作进行施治。多在缓解期进行，一般均在夏季伏天灸治。每次每穴灸 5～9 壮，隔日 1 次。3 次为 1 疗程，每年灸 1 疗程，如用于发作期治疗，每次可选 2～3 个穴位，每穴灸 6 壮左右。或据病情灵活掌握。主治支气管哮喘。灸疮化脓期不宜做重体力劳动，如局部发炎，可用消炎膏或玉红膏涂敷。

●大椎、风门、肺俞、天突、膻中等穴。将药末和艾绒拌为，制成直径 0.6～0.8 厘米，高 1～1.2 厘米的圆锥形艾炷，穴位行局部常规消毒，每穴注入 l%普鲁卡固 0.5～1 毫升局麻，再用大蒜汁涂布其上，然后按纯艾瘢痕灸操作。每次每穴灸 5～9 壮，小儿只炙 1 次，成人一般灸 3 次，每年灸 1 次或两年灸 3 次，灸冶时间以每年农历小暑起到白露最为适宜，其它时间也可灸治。主治支气管哮喘。药物的制备：陈艾绒 500 克，麻黄、桂枝、肉桂、独活、羌活、乳香、没药、细辛、干姜、丁香、白芷、川椒、广木香、苍术、防风、半复曲各 15 克，硫黄 30 克，苏子、牙皂、乌药、陈皮、甘草、川乌、石菖蒲、炮山甲各 9 克，麝香 1 克，将上药共研细末和艾绒拌匀，贮瓶备用。

●大椎、肺俞、定喘、天突、膏肓俞、膻中等穴。将药末和艾绒拌匀（每 1 克艾绒加入药末 1.2 克）制成黄豆大或枣核大的艾炷，按照艾炷瘢痕灸法操作。每次每穴灸 5～7 壮，灸治时间为农历大暑至立秋。主治支气管哮喘。药末的制备：麝香 3 克，肉桂 30 克，丁香 30 克，冰片 1.2 克，麻黄 12 克，细辛 12 克，南星 24 克，干姜 12 克，将以上药物共研细末，贮瓶备用，用时药末与艾绒之比为 1：2：1。

●大椎、肺俞、膻中等穴。将艾绒中加少许丁桂散，制成直径 7 毫米，

高 8 毫米的艾炷，按照艾炷伤痕灸法操作。每次每穴灸 7 壮，隔日灸治 1 次。主治支气管哮喘。丁桂散的制法：取丁香、肉桂各等份，共研细末，贮瓶备用。

隔物灸

●大椎、肺俞、定喘、天突、膏肓俞等穴。按照艾炷隔姜灸常规进行操作，每穴每次灸 5～7 壮，一般每日或隔日施灸 1 次，也可 1 日灸治 2 次，5～7 次为 1 疗程。主治支气管哮喘。在选用姜片时不宜过厚，一般切 0.3 厘米厚（姜片大小可根据艾炷的大小而定），用细针在中间穿几个小孔，以利发挥药效。

●身柱、膏肓俞、大椎等穴。按照艾炷隔蒜灸常规进行施术。每穴灸 5～7 壮，每日或隔日施灸 1 次，5～7 次为 1 疗程。主治支气管哮喘。本疗法对久喘病人疗效较佳。若病情严重者可 1 日灸治 2 次。

●（1）肺俞、膏肓俞、脾俞、膻中等穴；（2）定喘、风门、肾俞、天突等穴。按艾卷温和灸法常规进行施灸。两组穴位交替应用，每日灸治 1～2 次，每次每穴灸 10～15 分钟，5 次为 1 疗程。主治支气管哮喘。本法对寒哮效果较好，对于治疗后已达临控者，可嘱其（患者）自灸足三里穴，每日 1 次，每次 15～20 分钟，有防本病复发的作用。

敷灸

●风门、肺俞、膏肓，或上背部肩胛间区。取生白芥子末适量。用清水或生姜汁调成糊状，贴敷于穴位或上背部肩胛间区，每次敷灸 30～60 分钟，每日或隔日 1 次，3 次为 1 疗程。主治支气管哮喘。敷灸时患者局部皮肤红晕、发热、微痛，有时可起泡。

●肺俞、隔俞、心俞等穴。先用 1.5 寸毫针刺双侧上穴，强刺激不留针，然后将麝香置药饼上，对准穴位（麝香接触皮肤）用胶布固定。2 小时后取下。每年夏季三伏天治疗，每伏灸 1 次，3 次为 1 疗程。主治支气管哮喘。灸物制备：白芥子 35 克，洋金花 35 克，细辛 18 克，甘遂 12 克，共研细末，用生姜水调匀，做成重 5 克的圆形药饼，同时麝香少许。发泡后一般不需挑破，但要注意清洁，预防感染，如一旦感染，可外涂或外敷消炎药物。

气功疗法

●三圆式：平行站立，两脚分开与肩同宽，两脚尖尽量向内站成一个圆形。两腿微曲，腰伸直，胸平，含胸拔背，不挺不弯，两臂抬起与肩平，肘比肩稍低，做环抱树干状，以扩大肺活量，两手各指张开弯曲如握球状，形如虎爪。两手心相对，距离 30 厘米左右。头向上顶（意识上顶天），不偏不斜，项直。舌抵上腭，两眼微闭如垂帘，漏出一线微光注视两眉间或鼻端。

●盘坐式：策练功前先活动几分钟，以舒张筋骨肌肉，然后宽衣解带入坐，以左腿加于右腿或右腿放左腿上。上脚足心向上。身体保持端正，背脊不弯不曲，但胸部略向前俯不挺胸，臀部向后稍微凸出。两手相握或重叠向上贴于小腹前，放在小腿上。两眼微闭注视鼻尖，意守丹田。

●呼吸：松静自然，要求做到悠、细、缓、匀、绵、深长，出入绵绵不断，如环无端。吸气时舌抵上腭，呼气时自然松开。意守鼻端，做到意与气合，如不能入静，可用数字法引导入静。练 2 个月，呼吸达到上述要求后，引意气入中丹田（脐下 1.5 寸）。如小腹有热感，是气机的发动，令人舒适。

每日早晚各练 1 次，每次 20～60 分钟。练功地点宜选在空气新鲜、树木茂密之处。

辅助疗法

●气喘已平，可以俯身，两手搓热后，反复按除两腰部，再反复按摩两涌泉穴，使之产生热感。

●哮喘常由感冒诱发，当受凉后有气喘先兆，立即用双手食指或中指按摩两侧鼻翼 100 次，使鼻翼以至双眉之间都感到发热，然后再做持胸顺气。

●两手掌经常反复轻轻地捋胸顺气。

注意事项

生活起居要有规律。避免劳神、劳力及房劳过度，坚持体育锻炼，如太极拳、散步、体操等，强度和时间应根据自己的具体情况而定。提高机体的抗病能力，尤其是增强耐寒的能力，在秋末冬初不要过早地增加不必要的衣服，在冬末春初也不要过早地减少衣服，衣服的增减应随气候的变化而定。避免接触会诱发本病的气味和异物，如煤气、香水、汽油、油漆、花粉、粉尘、禽兽皮毛等。

神经衰弱

神经衰弱是神经官能症中最常见的一种，是指精神容易兴奋和脑力容易彼乏，并常伴有情绪烦恼和一些心理生理上的精神障碍，多见于中青年。表现为易疲劳、头痛、失眠、多梦、记忆力减退、头昏乏力、急躁易怒、焦虑不安等症。

治疗

西药

●兴奋性增高者，可选用安定、利眠宁、安宁、安他乐、硝基安定、羟基安定、氯安定及氯羟安定、安眠酮、速可眠、苯巴比妥、阿米妥、巴氏合剂、10%水化氯醛等镇静安眠药；衰弱性增强者可选用溴化钠咖啡因合剂、苯甲酸钠咖啡因或五味子合剂；心悸、多汗、面色潮红者可选用谷维素、B族维生素；记忆力减退者可选用脑复新、脑复康或脑力静等药物。

中成药

●失眠多梦、头昏耳鸣、腰酸、遗精者，可用天王补心丹。失眠多梦、烦躁易怒而面红者，可选用琥珀多寐丸或朱砂安神丸。

验方

●绿茶、芝麻、红糖各适量。芝麻炒熟研末，每次取 5 克与绿茶 1 克，红糖 5 克，加开水适量，分 3 次温服。每日 1 剂。主治神经衰弱。

●陈茶叶 5 克，粳米 50～100 克。茶叶煮汁去渣，入粳米同煮为粥，上下午各食 1 次，睡前不宜服。主治神经衰弱。

●绿茶 3 克，北五味子 4 克，蜂蜜 25 克。将五味子炒焦，用时加开水 400～500 毫升，分 3 次温饮，日服 1 剂。主治神经衰弱，困倦嗜睡。

●蜂蜜冲入开水，早晚各 1 次服用，或调入其它食品中食用。主治神经衰弱引起的头痛、失眠、贫血。

●蜂蜜 200 毫升，新鲜鸡肝 3 个。鸡肝以净白布包好，压出汁入蜜内，分 3 日服，每日 3 次饭前服。主治神经衰弱。

●大枣 250 克，葱白 7 根。将枣洗净，用水泡发，煮 20 分钟；再将葱白洗净加入，文火煮 10 分钟，吃枣喝汤。每日 1 次、连服数天。主治神经衰弱。

●丹参 10 克，核桃仁 15 克，黑芝麻 10 克。上药共研成细末，分两次服，温开水送下。主治神经衰弱、失眠。

●五味子、女贞子各 9 克，胡桃仁 15 克。上药共研细末，加蜂蜜适量混匀后做成蜜丸，6 克重。早晚各服 1 丸，温开水送下。补益肝肾。主治神经衰弱、健忘症。

●百合 250 克，莲子 50 克，银耳 25 克。将上药洗净后清水泡软为度，加水 500 毫升，加冰糖适量，放入大碗中上锅隔水蒸约 1 小时即可。可经常食用。主治神经衰弱、乏为失眠。

●桂圆肉 30 克，枸杞子 15 克，桑椹子 15 克。上药共入砂锅中，加水 500 毫升，煮约 40 分钟，滤汁再煎 20 分钟。两次煎汁混合，分早晚两次服下，每日 1 剂。主治阴虚型神经衰弱症。

●桂圆肉 250 克，白酒（40 度）400 毫升。将桂圆肉切碎，装入瓷瓶中，用白酒浸泡 20 天。每次服 10 毫升。日 2 次。可连用数日。主治神经衰弱、健忘、失眠、心悸。

●百合 50 克，瘦猪肉 200 克，盐少许。将猪肉洗净切成小块，与百合一

道加盐共炖熟，一次顿服。主治神经衰弱。

●泡饮后的茶叶（晒干），茉莉花茶（少量）。拌匀装入枕头。主治神经衰弱，头目眩晕。

●菟丝子、五味子各 30 克，酒 500 毫升。浸泡密封，7 日后饮用。每日 3 次，每次 1～2 小杯。主治神经衰弱。

●核桃仁 10 克，白糖 20 克，黄酒 50 毫升。前 2 味共捣如泥，加入黄酒，文火煮 10 分钟，每日食用 2 次。主治神经衰弱。

火罐法

●心俞、膈俞、肾俞、胸至骶段脊柱两侧全程膀胱经内侧循行线及周荣穴。以拇指腹在心俞、膈俞、肾俞上进行往复重力揉按 5 次左右，然后于两侧膀胱经上各拔罐 4 个（均匀分布），留罐 30 分钟，起罐后即在周荣穴的范围肉又拔罐 30 分钟；每周治疗 2 次，6 次为 1 疗程。主治神经衰弱。

●①大椎、神道、心俞、肝俞等穴。②身柱、灵台、脾俞、肾俞等穴。③中脘、关元等穴。局部常规消毒后，用三棱针点刺所选穴位后，立即加拔火罐，使之出血。留罐 10～15 分钟。去罐后擦净血迹。以上各组穴每次用 1 组，每日或隔日 1 次。主治神经衰弱。

●肩胛间区到腰骶关节脊柱两侧距正中线 0.5～3 寸的区域。在以上区域内常规消毒后，用皮肤针或滚刺筒进行轻刺激，使局部皮肤潮红，然后在其上排列吸拔数罐（排罐法）。留罐 10～15 分钟，每周治疗 2～3 次，待病情好转时，可减至每周 1～2 次。主治神经衰弱。

●背部自风门到肺俞，每隔 2 横指取 1 处；内关、足三里，三阴交及其上下每隔 2 横指各取 1 处；外关、台谷、涌泉、太阳。将青霉素空瓶磨掉底部后制成的小抽气罐，置于以上所选用的穴位处，紧贴皮肤，用 10 或 20 毫升注射器将小罐中的空气抽出，罐即紧拔于皮肤上，然后再注入 4～5 毫升清水，保持罐内皮肤潮湿，避免因负压过高造成皮肤渗血。留置 10～15 分钟后，将罐取下。擦干局部。7 次为 1 疗程。每次更换穴位。主治神经衰弱。

气功疗法

●姿势：分站势和坐势两种。站势：两足分开与肩同宽，两脚尖稍往里扣.两膝关节微弯曲，头略前倾，含胸拔背，沉肩垂时，两手自然伸开，四指微屈与拇指相对，置于胸前如抱球状，双目微闭，额部放松下沉。坐势：一般采用自然盘腿势，两小腿交叉置于大腿下，足掌朝后外方向，头颈躯干自然平直端正，两上臂自然下垂，两手十指交叉互握，或一手置于另一手上放在腹前大腿之上，双目微闭，额部放松下沉。呼吸：初练时采用自然呼吸法，即不改变原来的呼吸方法，任其自然，不用意识呼吸，练功到一定阶段后，可采用深长的胸腹混合呼吸法，即吸气时先由腹部鼓起，然后胸部护张；呼气时先腹部收缩，然后胸部收缩，呼气稍长于吸气，整个呼吸逐渐达到匀细、深长、缓慢。吸气经鼻，呼气最好经口。每次呼吸量以达肺活量的 70～80%为宜，切忌满吸满呼，以免产生憋气，引起头晕等症状。这种呼吸法，应逐渐由不自然到自然，由粗变细，由短变长，让其自然形成。3.意念：神经衰弱的一条列症状多是由思维活动过度造成的精神紧张引起的。因此，在练功中的意念调节主要是进行意松的调节，即放松大脑活动的紧张状态。练习放松法的重点是把额部放松，眉头舒展，达到思维下沉。如能做到这一点，则杂念一般能够破除，入静即可到来。

辅助疗法

●先擦热双掌，然后将两手掌贴于面颊，两手中指起于迎香穴，向上推至发际，经睛明、、攒竹、瞳子髎等穴，然后两手分开自两侧至额角而下，食指经耳门返回起点，如此反复按摩 30～40 次，如按摩后想睡眠，可用重手法，如需工作，可用轻手法。

注意事项

正确认识自己的疾病，不必多疑多虑，坚持气功锻炼，树立战胜疾病的信心，注意劳逸结合，合理安排工作、学习和生活，根据自己的身体状况，参加适当的体力劳动和体育缎炼，还可种花养鱼等，陶冶情操。

头痛

头痛头痛是最常见的病症之一，可见于多种急、慢性病中。如伤风、流感、流脑、乙脑、伤寒、动脉硬化、高血压、癔病、神精衰弱、脑震荡及五官科疾病等。因头痛的病因诸多，每一种病因引起的头痛都有各自的症状，故应根据其具体情况对症用药治疗。

治疗

验方

●苍耳子（炒香）50 克，白酒 500 毫升。浸泡 5～7 日，开取，每次饮约 40 毫升，主治风寒头痛、鼻渊。

●绿茶 10 克，葱白茎 3 节，白芷 10 克。水煎，代茶频服。主治风寒头痛。

●细茶、核桃肉各 6 克，葱白 9 克。共捣烂，加水 1 杯，煎至 7 分，热服盖被取汗。主治风寒头痛。

●连须葱白、生姜各适量。水煎温服。主治风寒头痛。

●连须葱头 1 根，米醋适量。加水煎稀粥 1 小碗，乘热服下。主治风寒头痛。

●茶叶 9 克，辣椒 500 克，胡椒、盐各适量。共捣碎和匀后，放入瓶内密封，静置半月即可供食用。主治风寒头痛。

●绿茶 1 克，菊花 9～15 克，蜂蜜 25 克。菊花加水 600 毫升，煮沸 5 分钟。加入绿茶、蜂蜜即可。日服 1 剂，分 3 次服完。主治风热头痛。

●连须葱白 60 克，糯米适量。将糯米煮成稀粥，加入连须葱白，再煮片刻，趁热食之。主治风热头痛。

●茶叶 5 克，薄荷 2 克。沸水冲泡，频服。主治风热头痛。

●生姜 60～100 克，屈头鸡（屈头鸡是指孵化不出，且已长毛，尚在蛋壳内的鸡胚胎）3 只。将屈头鸡去壳和内脏，洗净切碎，生姜去皮拍烂。一起放入锅中用油煎至焦香，调味服食。主治风湿头痛。症见头痛如裹，肢体困重，纳呆胸闷，小便不利，大便或溏，苔白腻，脉濡。

●当归、川芎各 15 克，生姜 30 克，连须葱头 5 个。水煎去渣，早晚各服 1 次。主治血虚头痛。症见头痛绵绵，头昏眼花，心悸易惊，面白少华，倦怠乏力，舌质淡，脉细弱。

●僵蚕 3 克，葱汁 6 克。将僵蚕研为细末，用葱汁调服，每天 2～3 次。主治头风。

●生姜 31 克，莱菔子 31 克，麝香 0，3 克。将莱菔子研为细末，加入姜汁和麝香再研匀，取少量吹入鼻孔。主治头风。

●川芎、白芷各 6 克，米酒 60 毫升。隔水蒸，去渣喝酒，每晚 1 次主治头风。

●大蒜适量。取汁置鼻中。主治头风。

●黄鱼鳔、黄酒各适量。鱼鳔烧存性为末，黄酒送服。主治头风。

●石楠叶 150 克，白酒 500 毫升，石楠叶酒浸 5～7 日即得。每日 2 次，每次 1 杯。主治头风。

●半夏 15 克，巴豆霜 0.3 克，生姜汁适量。将前 2 味研为细末，姜汁为丸，如绿豆大。每服 30 粒，生姜汤送下，1 日 2 次。主治痰浊头痛，症见头重目眩，头连脑痛，痰多胸腹满闷，恶心或呕吐痰涎，苔白腻，脉滑。

●生姜 31 克，川芎 12 克，附子 9 克。水煎分服。主治痰浊头痛。

●陈皮 6 克，茶叶 3 克。将陈皮水煎取液，趁热沏茶，随意饮之。主治痰浊头痛。

●核桃仁 5 个，白糖 50 克，黄酒 50 毫升。前 2 味捣烂成泥，入锅中加黄酒，小火煮沸，趁热服之。主治瘀血头痛。（头痛经久不愈，痛处固定不移，痛如锥刺，或头部有外伤史，舌质暗，脉细涩）。

●地肤子 12 克，生姜 31 克。上药共捣烂，以热酒冲服。主治雷头风。症见头面起核块肿痛，或憎寒壮热，或头痛，头中如雷鸣。

敷贴法

●生姜 1 块。火内煨热，切成 4 片，分贴于前额及太阳穴，以胶布固定。主治风寒头痛。

●酒精或白酒棉球。塞入耳道。主治头痛。

●栀子 10 克（研），草乌 4 克（研），葱汁适量。调匀，贴双侧太阳穴，贴半小时取下。每天贴 2 次。主治头痛。

●桔叶、生姜、葱头各适量。将上药捣烂，入黄酒少许拌匀，放锅内炒热，布包敷于痛处。主治头痛。

●葱头数个。捣烂布包擦前额。主治头痛。

●川芎 9 克，南星 3 克，葱白适量。共捣烂贴太阳穴，小儿贴囟门或加蚕砂 0.5 克，酒 5 毫升，调合外贴。主治头痛。

●生蓖麻仁 3 克，生乳香 3 克，食盐 1 克。共捣成软膏，摊在纸上贴两太阳穴，1～2 小时揭掉，不可久贴。主治头痛。

●川乌、天南星各 2 克，葱汁适量。将前 2 味研成细末，以葱汁调如泥状，外敷于太阳穴。主治头风。症见头痛剧烈，掣痛不止，部位或左或右，痛连眉梢，或见目昏而不能睁，头不能抬举，头皮麻木等。

●草乌、栀子各 10 克，葱汁适量。前 2 味研成细末，贮入瓶中。用时取药末适量，以葱汁调如糊状，涂于太阳穴及前额上。主治头风。

●吴茱萸、醋各适量。吴茱萸研末，醋调敷足心，每日换 1 次，7 日为 1 疗程。主治肝阳头痛。

●川芎 12 克，花椒壳 20 克，薄荷脑 6 克，葱白 20 克，面粉适量。将葱白 20 克捣汁，前药研细末，和面粉调拌成饼，外敷于太阳穴、百会穴处。主治头痛。

●酒制大黄 100 克，冰片 30 克。共研细末，装瓶备用。头痛时用消毒药棉蘸药粉，塞入鼻内。亦可将药粉用水调成膏状，贴敷两太阳穴。主治热症头痛。

●蚕砂 15 克，生石膏 30 克，醋适量。上药共研细末，用醋调为糊状，敷于前额，l 日 1 次，3～5 次为 1 疗程。主治风热头痛。

●全蝎 21 个，地龙 6 条，土狗（又名缕蛄）3 个，五倍子 15 克，生南星、生半夏、白附子各 30 克，木香 9 克。将上药共研细末，加 1/2 的面粉，用酒调成饼，摊贴太阳穴，用纱布包裹固定。主治头痛。

●当归 12 克，川芎、香附各 6 克，食盐 20 克。上药共研粗末后炒热，外敷贴头痛处。主治头痛。

●羌活、独活各 45 克，、赤芍 30 克，自芷 20 克，石菖蒲 18 克，葱头 5 茎。诸药混合粉碎过筛后，以葱头加水煎浓汁，入药末调和成膏。取药膏贴在太阳穴、风池、风府穴上，胶布固定，1 日 1 换。主治头痛，遇风痛甚。

●生川乌、生草乌、白芷各 15 克，黄丹、香油各 100 克。将上药用香油浸泡 24 小时，然后文火煎药，炸焦去渣，在油中徐徐加入黄丹成膏，再将药倒入冷水浸 24 小时（去火毒）备用。亦可将上药煎成汤剂，加水 200 毫升，煎至 60～80 毫升盛瓶中备用。发作频繁疼痛剧烈者，将中药汤剂用纱布折叠数层湿敷患处，一般 1～2 天疼痛可减轻；继将膏剂少许加热摊在纱布块上，贴在患处，每 5 日换 1 次。主治头痛。

●生姜 1 块。生姜火内煨热，切成 4 片，分贴前额及太阳穴，以手帕束之，凉则更换，每次 15～20 分钟，每日 2 次，3～5 日为 1 疗程。主治风寒头痛。

●斑蝥（去头足）3～5 个。上药研未布包，贴痛处，起泡后用针刺破，使水流出。主治剧烈头痛。

●胡椒、艾叶各等份，蛋清适量。上药共研细末，用鸡蛋清调为糊状，敷百会穴，每日 1 换，5～7 日为 1 疗程。主治风寒头痛。

针刺法

●毫针①感受风寒取风池、太阳、大椎、合谷，外关等穴：风热加曲池、委中等穴。②气血不足：取肝俞、脾俞、隔俞、足三里，三阴交、气海等穴。③肝阳偏亢：取百会、合谷、太溪、太冲、太阳等穴。④痰浊内阻：取风池、脾俞、间使、丰隆、三阴交、阴陵泉等穴。⑤瘀血头痛，取风池、太阳、血海、太冲、三阴交。根据经络辨证，前额头痛取阳白、合谷：偏头痛取角孙、风池、外关；后头痛取风池、昆仑；巅顶痛取百会、太冲。兼呕吐者加内关；鼻塞不通者加迎香；眩晕者加神门。气血不足用补法；瘀血头痛早期用平补平泻法，后期用补法；余者各型头痛，原则上均采用泻法为主，其中风池二穴左右对刺为宜，太阳向后斜刺 1.2 寸，余穴按常规针刺。

●梅花针①感受风寒：选穴以胸部和颈部为主，取大椎、风池、太阳、头部，大小鱼际、肘窝、阳性物处。随症加减：合并鼻炎者加刺鼻部、迎香、印堂；咳嗽有痰者加刺气管两侧、太渊、颌下。②肝阳偏亢：选穴以颈部、腰、骶部为主，取风池、三阴交、曲池、内关、期门、阳性物处，轻刺头部，随症加减：若见头痛且晕，阴天痛甚，胃脘胀满，纳呆，身重懒言夹痰湿者，重点叩打胸椎 5～12 两侧、中脘、大椎、合谷、足三里。③瘀血头痛：若头痛偏于一侧，病情常与劳累、情绪有关者，重点叩打颈部，风池、外关、太阳、患侧头部；若见头昏发胀，或剧烈刺痛，反复发作，经久不愈，血瘀头痛重点叩打胸椎 5～10 两侧；风池、百会、中脘、合谷、三阴交；若见大使秘结者重点叩打骶部、下腹部。④气血不足：选穴以脊柱两侧和头部为主，取百会、风池、太阳、内关、头部、中脘。随症加减：若见失眠、多梦、心悸者，重点叩打颈、骶部、神门、百会；若见头痛位于前额，胃脘不适，纳差，嗳气，大便稀溏，重点叩打胸椎 5～12 两侧，中脘、内关、足三里等穴。

中度刺激。对顽固反复发作性头痛。可在第 1 颈椎两侧及项窝阳性处，采用重叩并用手指挤拧该处，使血渗出，然后用消毒棉球擦去，反复 3～4 次，根据病情可隔日放血 1 次，连续 5 次。外感头痛 1 日治疗 2 次。内伤头痛 1 日或隔日治疗 1 次。15 次 1 疗程。

●耳针额、太阳、枕、神门、皮质下、脑干为主穴，颈、心、肝、交感，耳尖，肾为配穴。每次取用 5～6 穴，中强刺激，留针 30～60 分钟，间歇运针。如顽固性头痛，在有效刺激穴上埋针 3 天。两耳交替针刺，5 次 1 疗程。

●三棱针主穴：太阳、印堂。配穴：列缺、足三里。点刺出血 3～5 滴。

●水针太阳、风池、外关等穴。用 0.5%奴佛卡因，每穴注射 0.5 毫升，每次 1～3 穴，隔日 1 次，10 次 1 疗程。本症指急、慢性头痛中常见的神经官能症性头痛，亦称功能性头痛。器质性头痛不能选用此法。另外，还应同时注意原发病的治疗。

刺络（刺血）拔罐法

●①前额痛：太阳、印堂等穴；②偏头痛：太阳等穴；③头顶及后头痛：大椎、百会等穴。依疼痛的部位不同取穴。选择所取穴位周围显露的静脉血管作常规消毒，用小号三棱针刺入血管壁，使流出紫暗色瘀血，血止拔罐，约 5～10 分钟去罐。然后用 2%碘酒棉球消毒针孔即可。7～10 天治疗 1 次，一般 3 次为 1 疗程。本法适用于病程半年以上、病势较重的顽固性头痛。①刺血后血色越暗，疗效越好。若初次治疗无效且出血多为淡红或鲜红色，一般不再采用本法。②百会穴因有头发，只针刺、不拔罐。③刺络用具和被刺部位必须严格消毒，以防感染。④所取部位络脉均采用斜刺法，不要刺穿血管为好。⑤对血友病、血小板减少性紫癜等凝血机能障碍者应禁刺。对同时患有严重贫血及血压过低者，亦应慎刺或禁刺。

●太阳、印堂、头痛处等穴。常规消毒后，用皮肤针重叩穴位出血，而加拔火罐，留罐 5～10 分钟。本法适用于风邪袭络、肝阳亢逆引起的头痛。如治疗多次无效，或头痛持续而又逐步加重者，须查明原因，治疗其原发病。

●大椎穴。穴位常规消毒后，用消毒三棱针在大椎穴上横划 1 厘米长的痕迹，以划破皮肤并有少许血迹渗出为度，然后迅速将火罐放在此穴上，留罐 5～10 分钟。取罐时内有血液 5～10 毫升。用消毒干棉球擦净血迹，再敷盖消毒棉球或纱布，用胶布固定，预防感染。每次治疗时可在原划痕迹上或稍下处操作，但不宜在原划痕上重复。一般治疗 1～2 次即可痊愈。本法适用于实症、热症的头痛。无论是肝阳上亢、肝经实热，或是外邪上受、久而化热等引起的头痛，均可治疗。对气血亏虚的头痛禁用。

气功疗法

正身直立，两腿与肩同宽，微成内八字，双目微闭，悬顶直项，下颌微收，沉肩松胯，两臂自然下垂，腋下不夹紧，双手相叠，男左手在里右手在外，女则反之，置于丹田处（关元穴），全身放松，并使百会穴，丹田、会阴穴三点垂直于一线上，舌抵上腭，自然呼吸，入静，排除一切杂念，意守丹田。入静后，两手队腹前向左右两侧缓慢张开，掌心向前向心，同时呼气，然后再从两侧向腹前慢慢合拢，仍归于丹田处（男左女右），同时吸气，意识想象四周的自然之气随着两手的慢慢归拢而吸入腹内，贯充丹田，从而使内气充足、鼓荡。均采用腹式呼吸。如此一呼一吸，气贯丹田，做 60 次。两手掌背相对，从丹田处慢慢向左右两侧分开，作开门式，同时呼气，然后转掌，掌心相对，慢慢合拢至丹田处，作关合式，同时吸气。如此一开一合，做 60 次。两手相叠置于丹田处，做腹部按摩，手掌应不离丹田，动作宜轻宜慢，重在以意引气，意想丹田真气随着手势在腹内成圆八卦运行不息。先做顺时针按摩，气也成顺时针运行，后做逆时针按摩，气也成逆时针运行，如此各做 36 次。呼吸仍为腹式呼吸，但可不必顾及呼吸与动作的一致，使真气在腹内循环不已地运转即可。两手掌背相对，从丹田处慢慢分开绕腰腹循行一周至背脊命门穴，同时吸气，然后台掌下行至尾骨处，再分掌沿大腿两侧下行，同时呼气。吸气时，意识想象内气从丹田沿腰腹带脉运行一周至命门穴，然后意开命门穴，同时开始呼气，意识想象内气从命门穴夹脊下行至会

阴穴后分两侧沿大腿过膝、过踝走至足下涌泉穴。如此做 6 次，随后两手自然下垂，置于大腿两侧，意守涌泉，定丹于少阴。意守涌泉片刻后，开始做涌泉呼吸法，即吸气后，意想气由两足涌泉穴吸入，经足踝、小腿，膝、大腿内侧至会阴穴而入腹内丹日，然后，在腹内稍作一停顿，随即意念命门穴（后丹田），同时开始呼气，使气从命门穴沿夹脊下行至会阴穴后，分两条线经大腿、膝、小腿、足踝至涌泉穴呼出，如此周而复始，一呼一吸，做 60 次。手势导引：吸气时，两手中指指端与拇指指端相扣，握成空心拳，然后从大腿内侧慢慢向前上提引气至两腋下（以不超过膻中穴水平为宜），呼气时，两手拳心向上，沿腋下两侧下行至大腿两侧。如此以意引气，使真气循足少阴肾经周流不息。最后意想气出涌泉后入地 1 米；然后吸气，同时意想气由地下 1 米上升入涌泉后返于丹田归元，同时默想：“我要收功了”，如此做 3 次，即可收功。

辅助疗法

●干梳头：两手随吸气之势，由身侧上指，手心向上，以小手指按于目内眦睛明穴上，揉按少许，至吸气尽。呼气时五指舒张，指肚稍用力，循膀胱经上行，由通天穴转向下，至胆经之风池穴，转手指向下，经肩井、渊腋、京门、日月，下至环跳，意领气至四趾之窍阴穴，以及足小趾之至阴穴。如此动作至少 8 次。

●揉按风池：两手上举至后脑后，以两手中指分置于颈项肌肉隆起外缘的凹中，随呼吸而揉按。吸气时向上向后，呼气时向下向前，连续揉按 8～64 次，以阴白穴有热感为佳。

●拿玉枕：先将右手放在大框穴上方，掌根和五指紧紧地抓住膀胱经之天柱穴，全手逐渐用力，随吸气之势向脑后上提至吸气尽。呼气时，手慢慢放松，呼出腹中之浊气，肚子塌下。连续动作，左右各 8 次，以脑海松适、颈项活软为度。

●旋指捣耳：以食指尖轻轻插至两外耳道口，同时相向内旋，再突然放松，共 18～36 次。

注意事项

练功时应注意运动量，以舒适为度，不宜过量，保持精神愉快，消除紧张、恐惧心理。注意劳逸结合，保证有充足的睡眠，避免用脑过度。

偏头痛

偏头痛又称血管性头痛，是由于发作性颅部血管舒缩功能不稳定及某些体液物质暂时性改变所引起的，也与遗传、内分泌失调或水盐代谢障碍、精神刺激等因素有关。症状多为单侧性，发作前可有视幻觉、偏盲等脑功能短暂障碍和恶心、呕吐等症状。

治疗

西药

●甲基麦角酸、丁醇酰胺苯、噻啶等药对多数偏头痛病人有预防发作的作用。对于并发动脉硬化的偏头痛病人，可用氯压定。此外，也可选用颅痛定、可待因、甲灭酸、安定、苯巴比妥、可乐宁、苯妥英钠、痛疾宁、消炎痛等药物治疗。对于顽固性偏头痛或偏头痛持续状态，可选用强的松或地塞米松治疗。药物治疗无效时，还可进行星状神经节封闭或手术治疗。

中成药

●偏头痛或各种血管神经性头痛、眉棱骨痛，可选用头风痛或复方羊角冲剂。

验方

●炒白芍 30 克，炙甘草 15 克，白酒适量。水煎分服，每日 l 剂。主治偏头痛。

●绿茶 1 克，谷精草 5～16 克，蜂蜜 25 克。前 2 味加水 250 毫升，煮沸 5 分钟，去渣加入蜂蜜，分 3 次饭后服。每日 1 剂。主治偏头痛。

●生姜 21 克（切片），白酒 250～500 毫升。将生姜浸入白酒中，温服 1～2 小杯。主治偏头痛，心腹冷痛。

●乌头、天南星、葱汁各适量，前 2 味研为细末，葱汁调敷太阳穴。主治偏头痛。

●川芎 30 克，白酒 500 毫升。浸泡 7 天后服，每次 10～20 毫升，每日 2～3 次，主治偏头痛。

●胖头鱼（花鲢鱼）头 1 个，生姜 50 克，米酒 250 毫升。加水适量，砂锅煮熟，趁热食完。主治偏正头痛，时痛时止。

●干香菇 25 克，黄酒适量。煮熟饮服。主治偏头痛。

●茶叶、川芎各 9 克。水煎分服，每日 1 剂。主治顽固性偏头痛。

●珍珠母 30 克（先煎），龙胆草 2～3 克，菊花 9～12 克，防风 3～5 克，当归 6～9 克，白芍 9 克，生地 12～18 克，川芎 5 克，全虫 2～4 只，䗪虫 5～9 克，地龙 9 克，牛膝 9 克。每日 1 剂，水煎服，分 2 次服。本方可清肝阳，活血通络。适用于偏头痛，若苔腻口苦者加佩兰 5～9 克；纳差加焦六曲或谷麦芽各 12 克，舌边尖有瘀点者去白芍加赤芍。服用本方时忌辛辣之品。

●细辛 4 克，吴茱萸 3 克，炙全蝎 5 克，白僵蚕 10 克，制南星 4 克，白附子 6 克，石决明 15 克，苦丁茶 3 克，生甘草 3 克。加水约 1500 毫升，先放诸石类、贝壳类药物煎 30 分钟，再纳入其他药物，后放细辛。煎服滤液 1 碗约 350～40Q 毫升，放入鲜生姜汁 3～5 滴兑服。主治血管神经性头痛。根据头痛部位加引经药，佐以食疗。

●附子、葱汁各适量。将附子研为细末，以葱汁面糊为丸，如绿豆大。

每服 10 粒，清茶送下。主治偏正头痛。

●僵蚕 9 克，葱白、茶叶各适量。将僵蚕研为细末，每服 3 克，葱茶水送服，l 日 2 次。主治偏正头痛。

●生白芍、钩藤、川芎各 30 克，细辛 15～18 克，生石决明 60 克。每天煎服 1 剂，分 2 次服；病重者可增加半剂，即每天 1 剂半，分 3 次服。主治血管神经性头痛。

●川羌活 9 克，香白芷 6 克，川乌、草乌各 4.5 克。将上药焙焦研末成钙粉状。分 9 次服用，每日 3 次，饭前服，白开水冲服，须避风天。1 剂即愈。主治偏头痛。

敷贴法

●白酒 60～120 毫升，碱块 9～12 克。将白酒加热，再放入碱块，用鼻闻酒的热气，经酒气的蒸腾，鼻内流出水来。主治偏头痛。

●荞麦子、蔓荆子各 1 份，白酒 2 份。前 2 味研为细末，白酒调敷患处。主治偏正头痛。

●川芎、生白附子各 6 克，葱汁适量。前 2 味研为细末，以葱汁调和成饼，贴于双侧太阳穴，连贴 2～3 次。主治偏头痛。

●天南星、半夏、白芷各 12 克，生姜、葱头各适量。前 3 味研为细末，贮瓶备用。用时取药末适量，加入葱姜，共捣烂如膏状，敷于太阳穴，盖以纱布，胶布固定。主治偏头痛。

●生姜 1 块，雄黄未适量。将生姜破开后纳入雄黄末，用湿纸包煨，趁热贴两太阳穴。主治偏头痛。

●生乌头、生南星、生白附子各 10 克，葱白 7 根，生姜 15 克。前 3 味研为细末，加入葱姜捣烂如泥，布包蒸热，外敷痛处。主治偏头痛久治无效者。本方毒性剧烈，仅供外用，切勿入口。

塞鼻法

●细辛、徐长卿、川芎各 9 克，蜈蚣、山柰各 6 克，冰片 0.5 克，上药分别研成细未后和匀，用布一小块包药末少许塞鼻，在左侧头痛塞右鼻孔，右侧头痛塞左鼻孔。每日更换 1～2 次。上药 1 剂用完为 1 疗程，疗程间隔 3～5 日。主治偏头痛。

●细辛、生石膏、花粉，白芷各 6 克。上药共研细末，水和成丸如绿豆大小，左头痛塞右鼻孔内，右头痛塞左鼻孔内，见汗即愈。主治风、火、痰邪上扰头痛。

●川芎、白芷、炙远志各 50 克，冰片 7 克。上药共研为细末，装瓶密封贮存。用时以绸布一小块，包少许药末，塞入鼻孔，左侧头疼塞右鼻，右侧头疼塞左鼻。主治偏头痛。

●香瓜瓜蒂 50 克。上药焙干，研成粉塞鼻。左侧头疼将药粉塞入右鼻孔；右侧头疼，将药塞入左鼻孔。主治偏头痛。

●新鲜白萝卜适量，冰片少许。先将萝卜洗净，用清洁白布将萝卜捣烂包住，绞出液汁 10 余滴，加冰片少许，研匀即成。用新棉花（最好用消过毒的脱脂棉花），浸汁塞入鼻孔内，左侧痛塞右，右侧痛塞左。化痰通络止痛。主治痰涎壅盛之偏头痛。

鼻嗅法

●白胡荻 30 克，黑豆 7 粒，鲜姜 120 克，大枣 7 枚（去核），葱白 7 根。前二味药共研细末，加姜、枣、葱捣烂，和匀用纱布包好，嗅之。每日

3～4 次，每次嗅 3～5 分钟，2 天换药 1 次，3 剂为 1 疗程。主治偏头痛。

嗃鼻法

●川芎、细辛、羌活、薄荷脑、茶叶、荆芥、桔梗、防风。上药研细末，过 80 目筛。每次取约 0.1 克，置头疼侧鼻孔前吸入，一般 4～6 分钟可显效。主治风寒头痛。

●芸苔子（油菜子）1 克，川大黄 2 克。上药共研细末，取少许吹鼻中，用后有黄水出，即能生效。主治偏头疼。

●雄黄、细辛各等份。上药共研细末，取少许吹入鼻孔中。左侧痛吹入右鼻孔，右侧痛吹入左鼻孔。祛风止痛。主治偏头痛。

点滴法

●生姜汁，冰片各适量。上 2 味研匀，滴入鼻孔。左侧痛滴右，右侧痛滴左。主治偏头痛。

●葱汁、冰片各适量，将冰片研为细末，加入葱汁再研匀，滴入鼻孔。左侧痛滴右，右侧痛滴左。主治偏头痛。症见头痛剧烈，痛处部位固定，疲劳、情绪激动时易发。

●大蒜 1 个。去皮取汁，滴入鼻孔。主治偏正头痛。

●生萝卜一个（以白萝卜、心里美萝卜为宜）。将萝卜切碎捣汁，取少许注入鼻孔中。左侧痛滴右鼻孔。右侧痛滴左鼻孔。功效行气止痛。主治偏头痛。

●白胡椒 30 克，鲜姜 120 克，黑豆 7 粒，大枣 7 个，连须葱根 7 个。共捣烂，用纱布包紧，放鼻下闻之。主治头痛。

●郁金 1 粒，苦葫芦 45 克。上药共研细末，白绢包，清水内浸泡 1 昼夜，浸液滴患者鼻中，如流出黄水痛可减轻。每日 1～2 次，每次 2～3 滴，3 日为 1 疗程。主治头风头痛。

中风后遗症

中风是一种常见于中年以上患者的急性脑血管病变，多与高血压和动脉硬化有关。主要表现为半身不遂，活动受限，肢体麻木，口角歪斜，言语障碍，气短少言或不语。

治疗

验方

●生黄芪 80 克，当归 10 克，丹参 30 克，红花 10 克，鸡血藤 30 克，地龙 10 克，草决明 15 克，龙胆草 6 克，钩藤 15 克，全蝎 5 克，乌梢蛇 6 克。每日一剂水煎服。主治中风后遗症。

●黄芪、当归、赤芍各 12 克，地龙、牛膝、秦艽、丝瓜络各 10 克，川芎 6 克，丹参 15 克，炒桑枝 24 克，甘草 5 克，每日 1 剂水煎，分 3 次温服。主治中风遗症。

●黄芪 25 克，桃仁、红花，地龙、归尾、赤芍、僵蚕、蜈蚣、甘草各 7 克。每日一剂水煎服。主治中风后遗症。

●黄芪 60 克，川芎 30 克，丹参、鸡血藤各 15 克，赤芍、桃仁、红花、地龙各 9 克，水蛭末 1.5 克（冲服）。每日一剂水煎服（除水蛭末）。主治中风后遗症。

●活鸭 1 只。将活鸭放血，每日晨起及晚饭前饮用生血一杯。可连用 2～3 日。平肝熄风养阴。主治中风手足不遂症。

●胡椒树根 50～100 克，蛇肉 250 克。二者洗净入砂锅中加 98 中风后遗症水适量，水沸后，改文火慢炖至肉烂。调入少量食盐，食肉饮汤，分二次食完。活血通络。主治中风引起的半身不遂。

●白花蛇 1 条。将蛇剥皮去头洗净，切成小块，用纱布做袋，将肉与适量酒曲掺匀装入袋中，置于缸底，上用糯米饭盖严，放入温度 20℃之处，3～7 日酒成，过滤取汁，装入瓶中备用。每日早晚服酒 50 毫升，可连用 3～5 日。法风湿定惊止抽。主治中风抽搐、半身不遂。

●天麻 15 克，猪脑 1 具。将天麻洗净，与猪脑同入瓷罐内，隔水炖 1 小时，熟透为止。隔日一次，食猪脑饮汁。镇肝熄风，主治脑血管意外引起的半身不遂症及血管硬化、高血压。

●黑芝麻 500 克。将芝麻洗净，重复上锅蒸 3 次，每次约 20 分钟，晒干后炒熟研成细末，加蜂蜜少许，做成约 10 克重的丸药，用温黄酒送下，每服 1 丸，日服 3 次。养血祛风。主治中风后偏瘫，半身不遂症。

●葛根粉 200 克，荆芥穗 50 克，豆豉 500 克。先将荆芥、豆豉加水后煮沸，点水至沸共 7 次，去渣留汁。将葛根粉加水和成面团，擀成面条状，用药汤煮之，熟后，空腹食用，可酌加些调料。益气清热散风。主治中风手足不遂、言语蹇涩。

●乌龟 3 只，冰糖 5 克，将乌龟头切下取血，碗中放水，冰糖上锅隔水蒸熟服食。养血通脉。主治中风后半身不遂。

●乌雌鸡 1 只，酒 5 升。将乌雌鸡去毛、洗净，以酒 5 升，煮取 2 升，去渣，分 3 次服，可伴葱、姜、粥食，睡卧，取小汗，效更佳。温中益气，补虚活血。主治中风舌强、目睛不转。

●乌雄鸡 1 只，葱白 1 握。将鸡洗净，切小块，和葱白煮羹，用五味调后食之。温阳活血通脉。主治老人中风语涩。

●鸡蛋壳 120 克，黄酒适量。将蛋壳炒黄，碾碎，再研为细家庭医疗用药小百料末，每服 6 克，温黄酒冲服。日 1 次，连用数日。活血祛风通络。主治中风四肢麻木，手足抽搐。

●桃仁 500 克。将桃仁去皮去尖，放酒中浸 1 周，取出晒干为末，以蜜调和为丸（如梧桐子大），每次服 15 丸，日服 2 次，用黄酒或开水冲服。活血行血法痰。主治半身不遂。

●鲜芹菜。将芹菜洗净后捣汁，每服 4 汤匙，一日 3 次，连服一周。涤热法风通络。主治中风后半身不遂。

●鸽子 1 只。鸽子去毛去内脏，用泥盆炖熟，不放盐吃肉，再把骨头和内脏用瓦片焙干研面，加红糖，以黄酒冲服发汗。补肝肾，益精气，主治半身不遂。

●全蝎 25 克。将全蝎研成细末，每服 0.5 克，用开水或薄荷 10 克煎汤送服，每日 2 次。活血通络。主治中风半身不遂。

敷贴法

●蓖麻仁 10 克，松香 30 克。上药分别研成细末，取净水 1000 毫升煮沸后放入蓖麻仁末，煮 5 分钟后再入后药末，小火煮 3～5 分钟，倒入冷水中，捻收成膏，切成小块，约 3 克重备用。治疗时先将药块用火烫软，平摊于小圆布上，然后贴于患侧的下关穴，左歪贴右，右歪贴左，用胶布固定。7～10 天换药一次，可连续 3～4 次。祛风通络。主治中风、口眼歪斜。

●鳝鱼 1 条。先以白面和水作面团，紧贴在患侧颊部（以防止鱼血流溢），再以细注射针（无菌）在口角外缘 0.5 厘米处（上直对瞳孔的位置）地仓穴上划一长约 0.5 厘米的横竖十字，略使其渗出血，而不流血，然后将活鳝鱼头切去，滴血于划十字的穴位上，2 天后擦去，可再重复 1 次。主治中风面瘫。

●蜜蜂 1 只。轻轻捏住蜜蜂腰部，将其尾部放在患处，使蜜蜂螫刺入肌体，并用手指轻轻压其腹部，使蜂毒尽量排入人体。活血通经，解毒祛风。主治中风后口眼歪斜。

●公鸡一只。用注射器刺入鸡血管中抽血适量，趁热将血涂干病较轻之侧，（左病涂右，右病涂左）或加热后涂之。1～2 小时后洗净脸。日 1 次，可连用 3 日。祛风通络。主治中风口眼歪斜。

●活鲤鱼一条，白糖 20 克。将鱼宰杀后取鱼血与白糖混合，涂在健侧面，保留 1 小时后可清洗掉。主治中风口眼歪斜。

●老醋、芥末面各适量。将二者调匀为糊状，敷在歪斜的一侧脸，只留出眼睛。日一次。活血化瘀角脉。主治口眼歪斜。

熏洗法

●伸筋草、透骨草、红花各 3 克。将上药置于搪瓷脸盆中，加清水 2 公斤，煮沸 10 分钟后取用，药液温度以 50～60℃为宜，泡浸 15～20 分钟。汤液温度降低后需加热，再浸泡一遍。手足拘挛者，先浸泡手部，后浸泡足部，1 日 3 次，浸泡时，手指、足趾在汤液中进行自主伸屈活动。l 个月为 1 疗程，两疗程判定疗效。主治中风后遗症手足拘挛。

●鲜苍耳根 60 克。加水 2500 毫升，煮沸，熏洗患肢，每日 1 次。7 次为 1 疗程。一般 3 次见效，7 次水肿消退。重者两个疗程水肿明显减轻。主治中风后遗症肢肿。

火罐法

●肩髃，臂臑、曲池、阳池、秩边、环跳、阳陵泉、丘墟等穴。患音取舒适体位，上穴每次上下肢各选 1～2 穴，选大小适宜之火罐，用闪火法或投火法，将罐吸拔于所选穴位上，留罐 10 分钟。每日 1 次。亦可采用走罐法。主治中风后遗症。

刺络（刺血）拔罐法

●①大椎、心俞、肝俞、脾俞等穴，②神道、风门、膈俞等穴。③肩贞、环跳，以上组穴，每次 1 组。先将所选穴位常规消毒，用三棱针点刺 3 下，然后把火罐用闪火法或贴棉法，将罐罩在点刺的穴位上，使之出血，留罐 10～15 分钟，然后将罐起下，擦净血迹。每日或隔日治疗 1 次。主治脑血栓形成而致的偏瘫。

●华佗夹脊穴（2～8 胸椎、1～5 腰椎旁开 5 分）。取 2～8 胸椎、1～5 腰椎旁开 5 分夹脊穴。常规消毒后，将针快速刺入皮下，针头慢慢向椎体推刺，当有麻胀感觉时立即停止进针，将针退出。然后在针刺部位加拔火罐 15 分钟。每日或隔日 1 次，10 天为 1 疗程，疗程间隔休息 5 天，一般以 5 个疗程为限。主治偏瘫。

电针罐法

●冲门、髀关、膝关等穴。患者平卧，用 28 号 2～3 寸长毫针，常规消毒后，取上三穴直刺进针至穴位最深层。进针后用较大幅度捻转，此时拇食 2 指频繁张开，一捻一放如飞鸟展翅状反复数次，当针下出现酸、麻、胀，尤以如闪电状针感最佳。然后再取 1 寸长毫针直刺解溪穴。用 G6805 电疗机，取两组导线，沿着电神经走向及肌肉群组成的刺激线，分别用正负极一组连接冲门、解溪；一组连接髀关、膝关。选择断续波段，频率刻度旋至 18 度，留针 20 分钟。取针后紧接取玻璃火罐 3 只，用闪火法分别将罐罩在冲门、髀关、膝关处。局部以针眼处出血或皮下出现环状瘀血团为最佳，留罐 30 分钟。每天 1 次，10 次为 1 疗程。主治脑血栓形成、脑溢血等引起的下肢偏瘫。

三叉神经痛

三叉神经痛的疼痛部位限于三叉神经分布区，即在眼睛以上、上颌及下颌部位的头面骨、肌肉及皮肤处，多由说话、吃饭、刷牙、洗脸等诱发，呈周期性发作。疼痛呈阵发性闪电样疼痛，如刀割、火烫一样，每次疼痛时间很短，突然发作，突然停止，发作时可引起同侧面部肌肉抽搐、流泪、流涎等症状。

治疗

西药

●常选用卡马西平或苯妥英钠，并可与苯巴比妥、氯丙嗪、利眠宁、氯硝基安定、维生素 B12 等合用，以提高疗效。95%酒精 0.5～l 毫升注射于眶上、眶下神经出孔，有较好的止痛效果。

中成药

●三叉神经痛，伴有头痛、头晕目眩、腹满便秘、口鼻干燥音，可选用防风通圣丸或七叶莲片。三叉神经痛伴上下牙痛、面颊发热、牙龈红肿溃烂、口臭口干、牙龈出血、喜冷恶热者，可用清胃散或泻黄散。

验方

●车前子，黄芩、泽泻、木通各 9 克，生地、当归各 16 克，栀子、甘草、龙胆草各 4.5 克。将上药水煎，每日 1 剂，早晚两次服用，7 天为 1 疗程，主治三叉神经痛。

●麻黄，附子、细辛、川芎、炒僵蚕各 9 克，龙胆草 15 克。每日一剂水煎，分二次服。主治三叉神经痛。

●生地、元参各 15 克，麦冬 25 克，牛膝 6 克，白芷、当归、川芎各 10 克。每日一剂水煎服。主治三叉神经痛。

●白芍 50 克，炙甘草 30 克，酸枣仁 20 克，木瓜 10 克。每日一剂水煎，分二次服。主治三叉神经痛。

●川芎 30 克，沙参 30 克，白芷 6 克，蔓荆子 6 克，细辛 1.5 克。上药煎水取汁，以黄酒 60 毫升（或白酒 30 毫升）为引，每日清晨空腹服用。主治三叉神经痛。

●羌活、防风、川芎各 8 克，当归、白芷各 10 克，细辛 3 克，荜拨 10 克，丁香、皂角各 6 克。水煎服，每日 1 剂。主治三叉神经痛。

●川芎 30 克，当归、丹参、白芍各 12 克，柴胡 15 克，黄芩、白芷、全蝎、蝉蜕、地龙各 9 克。每日一剂水煎，分二次服。主治三叉神经痛。

●生石膏（打碎先煎）、生地、元参各 30 克，杭芍 24 克，羌活 6 克，没药 15 克，细辛 3 克，升麻 3 克。每日一剂水煎服。主治三叉神痛。

●白附子 100 克，川芎、白芷各 200 克，全蝎 150 克，僵蚕 200 克。上药分别研细末，拌匀，每日 2 次，每次 2 克，热酒调服。10 天为一疗程，一般治疗 2～3 个疗程。主治三叉神经痛。

●川芎、荜拨、白芷、川椒各 50 克。每日一剂水煎服。主治三叉神经痛。

●白芍 30 克，白蒺藜 12 克，白附子、白僵蚕、白芷各 9 克。每日一剂水煎服，主治三叉神经痛。

●白芍、菊花、钩藤、乌药各 20 克，僵蚕、全蝎、白芷、川芎、枳壳各 10 克，当归、大黄、郁金、青皮各 15 克。每日 1 剂，水煎分 3 次服。主治三叉神经痛。

●荆芥炭、白蒺藜、白僵蚕、元胡、炒蔓荆各 9 克。嫩钩藤（后下）12 克，生石决（先煎）30 克，白芷 4.5 克，陈皮 4.5 克，全蝎粉（另吞）3 克。每日 1 剂，水煎服。主治三叉神经痛。

敷贴法

●川乌、草乌各 20 克，透骨草 5 克，元胡 15 克，红花、威灵仙各 10 克，肉桂、吴茱萸各 5 克，松香 200 克，樟脑 50 克。将松香、樟脑水浴法溶化，余药压极细粉，过 120 目筛，加樟脑、松香水溶液中，搅拌均匀，即成稠膏状，趁热摊于细帆布或薄人造革上（内面），使成一定大小的形状，折合备用。用时微烘和外贴患处，1～2 天后觉皮肤发痒时将药取下，过 1 天重复贴用，7 贴为 1 疗程。主治寒凝血瘀坐骨神经痛。

●干姜 60 克，干辣椒 30 克，乌头 20 克，木瓜 25 克。上药加水 2000 毫升，煮 30～40 分钟，趁热熏，水温后以纱布蘸药汁热敷患部，反复 2～3 次，1 日 2 次，7 天 1 疗程。主治寒痹型坐骨神经痛。

●生乌头 150 克，醋适量。上药加醋磨成糊状，入砂锅内熬至酱色为度（100C 约 2 分钟），摊于布上厚约 0.5 厘米，贴敷痛处，每日换药 1 次，至愈为止，主治寒盛坐骨神经痛。

●马钱子 30 克，川乌、甘草、乳香、没药各 15 克。将上药共研细末，掺匀，用香油、清凉油各适量调成膏状。使用时，取拇指盖大小药膏摊于白布上，贴敷患侧太阳穴，2 天更换 1 次。

●地龙 5 条，全蝎 20 个，路路通 10 克，生南星、生半夏、白附子各 50 克，细辛 5 克。上药共研细末，加一半面粉，用酒调成饼，并摊贴于太阳穴上，敷料固定，每日换药 1 次。主治三叉神经痛。

●马钱子 30 克，川草乌、乳没各 15 克。上药共研细末，用香油、清凉油各适量调成糊状，患侧穴位敷贴。取太阳、下关、颊车或阿是穴，每日 1～2 穴。2 天换 1 次。主治三叉神经痛。注意本品毒性较大，切忌入口。

●全虫 21 个，地龙 6 条，蝼蛄 3 个，五倍子 15 克，生南星、生半夏、白附子各 30 克，木香 9 克。上药共研细末备用，每次取药末适量，加上 1/2 的面粉，用酒调成 2 个药饼，敷贴太阳穴。每日 1 次，每次 20～30 分钟，7 天为 1 疗程。主治三叉神经痛。

●生川乌、生草乌、白芷各 15 克。上药浸泡于香油 100 毫升内，24 小时后用文火炸焦去渣，徐徐加入黄丹成膏状，少许加热，摊在纱布上，贴患处，每 5 天换药 1 次。主治三叉神经痛。

鼻嗅法

●细辛、胡椒或川椒各 10 克，干姜 6 克，白酒 15～30 毫升。把以上药物全浸白酒中 4 小时，加水适量置锅内煎，煎沸时用一喇叭形纸筒，一端罩在药锅上，另一端对准患者鼻孔，让患者吸入药气，每次 10 分钟，每日 2 次，3 天 1 疗程。主治三叉神经痛（寒瘀阻滞型）。

艾灸法

●下关、合谷、颊车、翳风、阳白、颧髎等穴。按艾条悬灸法操作施术。每日施灸 2 次，每次 5～10 分钟。主治三叉神经痛。若寒盛加风池、风门等穴；热盛加大椎、曲池等穴。

●第一支痛：阳白、太阳、悬颅、颊车、攒竹，列缺等穴；第二支痛：下关、颧髎、听会、合谷等穴；第三支痛：颊车、翳风、大迎、合谷等穴。按艾卷灸法常规施术。取药艾条 1 根，将其一端点燃，靠近穴位熏烤，有温

舒适感（无的痛感），固定不动，一般每穴灸 10～15 分钟，每次选用 3～6 个穴位，每日灸 1 次，10 次为 1 疗程。主治三叉神经痛。

灯火灸

●太阳、攒竹、阳白、耳门、承浆、颊车、翳风等穴。按灯火隔艾叶灸法施术。每 2 天施灸 1 次，每穴灸 1 壮，10 次为 1 个疗程。主治三叉神经痛。此法适于风寒实症，若外感风邪可加灸合谷、外关等穴。

●太阳、攒竹、阳白、耳门、承浆、颊车、翳风等穴，按明灯爆灸法施术。每隔 2～3 天爆灸 1 次，每穴 1 壮，10 天为 1 个疗程。主治三叉神经痛。此法适于风热实症，若肝火胃火上升加太冲、内庭、足三里等穴。

●太阳、攒竹、阳门、颊车、太溪、风池等穴。采用阴灯的灸法施术。每天施灸 1 次，每穴的灸 1～2 壮，10 天为 1 个疗程。主治三叉神经痛。此法适用于阴虚阳亢症，若反复发作加灸肝俞、胆俞、对侧足临泣。

敷灸

●太阳（双）穴。按敷灸法施术。将药饼敷于穴位上，每日 1 次，每次 20～30 分钟，7 天为 1 个疗程。主治以瘀为主的三叉神经痛。药饼的制备：将全虫 21 个，地龙 6 条，蝼蛄 3 个，五倍子 15 克，生南星、生半夏、白附子各 30 克，木香 9 克共研细末备用，每次药未适量，加上 1/2 的面粉，用酒调成两个药饼。

刺络（刺血）拔罐法

●①太阳、地仓、攒竹等穴。②太阳、颧髎、颊车等穴。先取①组穴，以太阳透地仓、攒竹。施捻转的泻法 1 分钟；然后取②组的三穴刺络拔罐，每罐出血量 5 毫升为度，本法适应于治疗三叉神经痛。

●①大椎、风池、合谷、下关、颊车、四白、禾髎等穴，均取患侧。②阿是穴。先用毫针捻转之泻法，留针 15 分钟，每 5 分钟行针 1 次。出针后在患侧太阳、阳白、颧髎、下关、巨髎穴处寻找痛点，任选 2 穴用三棱针点刺 2～3 点（刺入皮下或皮内），然后加火罐于点刺处令之出血 1～2 毫升。每日 1 次或隔日 1 次，10 次为 1 疗程。本法适宜于治疗三叉神经痛。注意①拔罐以皮下不出现瘀斑为好。②治疗中避免情绪激动，不吃刺激性食物，劳逸结合，避免受寒。

药罐法

●患侧气户、风池、丝竹空、颊车等穴。若肾气不足者，加肾俞穴；肝气过旺者加肝俞穴，或大杼穴。每次选 2 穴，以面粉调少量玉树神油，或松节油、樟脑水、薄荷水等，做成厚约 0.2 厘米的饼，贴于穴位上，然后拔罐 10～15 分钟，隔日 1 次，6 次后改为每周 1 次，12 次为 1 疗程。本法适用于治疗三叉神经痛。

气功疗法

●两脚分开与肩同宽，两脚呈内八字形，两腿微屈，含胸拔背，两臂抬起与肩平，时比肩稍低，作环抱姿势，两手各指均稍展开弯曲如抱球状，两手心相对，距离约 30 厘米，或两手垂下置小腹前，作抱球状。两眼微闭，漏出一线之光，注视两眉间或鼻端，思想集中，全身放松。用鼻呼吸，舌尖轻抵上腭，吸气是小腹鼓起，呼气时小腹凹下，整个呼吸过程做到柔、缓、细、匀、深、长。意守丹田（脐下 1.5 寸），排除杂念，达到入静，练一段时间后，吸气时，可感到有气吸入小腹的感觉，谓之气贯丹田。选择安静、空气新鲜处练功，每天早、晚各 1 次，每次 30～60 分钟。每次收功时可作“ 叩齿 ”

及“ 搅海咽津 ”，即轻轻叩齿 72 次，然后将口中唾液分数次咽下，并以意引入丹田，同时搓头面部 36 次。

辅助疗法

●用木梳一把，于清晨起床后、午休后、晚睡前梳头，从前额经头顶到枕部，开始每分钟 20～30 次，以后逐渐加快速度。梳头时用力要均匀，力度以不刮破头皮为准。每次梳头 5～10 分钟，此法对眼支疼痛效果较好。

面神经麻痹

面神经麻痹是面神经受损引起的面部肌肉运动障碍，又称贝尔氏（Bell）面瘫。其病因很多，如病毒感染、面神经炎、面部外伤、腮腺混合瘤或颅内听神经瘤术后、面部受凉和冷风吹拂等都可导致本病，本病起病突然，部分病人在生病前有一侧耳内乳突部疼痛，或耳后乳突上方疼痛，并向后枕部扩散，数小时或 1～2 天后出现病侧面颊动作不灵活，额纹消失，不能闭眼、皱眉，口角下垂，嘴歪，人中偏向健侧，流涎，吹气时口唇不能闭合而漏气，吃饭时常有食物残渣滞留于病侧面颊与牙齿之间。

治疗

验方

●地龙、僵蚕各 10 克，蝉衣 6 克，甘草、钩藤（后下）各 12 克，蜈蚣（研末）l 克。前五味煎水取汁，冲服蜈蚣粉末。每日一剂，2 岁以下分 4 次服，2 岁以上分 3 次服。主治面神经麻痹。

●鱼腥草 75 克，黄荆籽 50 克，沙参 50 克，六月雪 25 克，白糖 50 克。前四味药水煎两次取汁，混合再煎至 500 毫升，加糖搅匀，每次服 15～25 毫升，日服 3 次，连眼 5～7 天为一疗程。主治面神经麻痹。

●芦根、杏仁、黄芩、桔梗、百部、瓜蒌皮、冬瓜子各 6 克，贝母 9 克，竹茹 10 克。水煎每日一剂，早晚各服一次。主治面神经麻痹。

●鲜辣萝卜 50 克，薄荷霜 0.04 克（火柴头大小二块）。将萝卜切碎、捣烂，以纱布包绞取汁，加入薄荷霜细末，拌匀，早晚各服 50 毫升。主治面神经麻痹。

●代赭石 15 克（另包先煎），百部、半夏、紫苑各 10 克，杏仁 6 克，橘红 5 克，蜈蚣、甘草各 3 克。水煎服，每日 1 剂。主治面神经麻痹。

●炙百部 15 克，生地、白茅根各 9 克，胆南星 6 克，炙甘草 3 克，硼砂 1.5 克。前五味煎水取汁，投入硼砂粉溶化后口服，每日 1 剂，每日 3 次，主治面神经麻痹。

●蜈蚣 2 条，防风 30 克。将蜈蚣研细末，用防风煎水送服，日 1 剂，晚饭后服。10 天为 1 疗程，药后避风寒。活血祛风。主治面瘫。

●白附子、僵蚕各 10 克，全蝎 5 克，路路通 20 克，蜈蚣 3 条（去头足）。每日一剂。外敷：僵蚕 10 克，全蝎 10 克，蜈蚣 2 条，牛银一只（约 1 克即马钱子），另备生黄鳝一条。先将牛银浸水一夜，然后烘干，用明火烤至黄色，与其余药物共研细末，再把黄鳝横尾斩断，取其鲜血与药末和匀，便可涂至患侧颜面（注意保护眼睛）。据情况进行更换。方中白附子善法面里之风，僵蚕善法络中之风，全蝎祛风而善止痉，蜈蚣走窜之力最速，内而脏腑外而经络，凡气血凝聚之处皆能开之。加上路路通行经走络，使头面络脉之邪祛而尽之。内敷药中的牛银性寒有毒，为通经络、散血热之要药，其所含番木鳖碳及马钱子碱能兴奋中枢神经，直接作用于病所、力专效著，加上黄鳝血养颜补血，对中风面瘫症的恢复，实有微妙之功。主治面神经麻痹。

●豨莶草 10～15 克。生用或以酒蒸晒后清水煎服，每日一剂，连服 10 天。主治面神经麻痹。

●荆芥、防风、白寇仁、地骨皮、柏树内皮各 6 克，蜈蚣 6 条。蜂蜜适量。上药焙干，共研细末，加蜂蜜做成 3 丸。每日清晨空腹时用黄酒 50 毫升送服一丸，服药后盖被发汗，连服 3 天。病重者上药均加倍，做成 6 丸，连

服 6 天。10 岁以下儿童每次服半丸。主治面神经麻痹。

敷贴法

●鹅不食草（干品 10 克，鲜品 15 克），凡士林适量。将前药干品研为细末，与凡士林混合成膏，均匀涂在纱布上，再将鲜品捣烂如泥放药膏上，贴于患侧面部，二天换一次。主治面神经麻痹。

●熟附子、制川乌各 90 克，乳香 60 克，生姜末 25～30 克。前三味研为细末，分成 8～10 包，每包加入生姜末 3 克，每次用一包加开水调成糊状敷患处（敷前先用热姜片擦患处，至局部充血为好）。敷药上至太阳穴，下至口角边（地仓穴），宽约 3 厘米，用纱布覆盖，胶布固定，外用热水袋热敷，每日换药一次。主治面神经麻痹。

●蓖麻仁 50 克，朱砂 2 克。上药研末、拌匀，制成绿豆大小丸药（约 120 粒）。将药丸一粒放于胶布或膏药上，贴于患侧耳屏（俗称耳珠）前（听宫穴）和下颌角前方的咬肌粗隆处（颊车穴），按压药丸四周（勿将药丸压平），每日更换一次。主治面神经麻痹。

●蓖麻仁 15 克，冰片 1 克。上药共捣为末敷患处。一般敷 1～3 次即可。主治面神经麻痹。

●蓖麻仁 3 个，巴豆仁 4 个。共捣烂，外敷患侧太阳穴 24 小时。

●生姜、红糖各 120 克。煎水内服，服后盖被发汗。主治面神经麻痹。

●牙皂 15 克，食醋 100 毫升。将牙皂放醋中浸泡半天，然后用棉球沾药液擦患侧口角至耳垂之间，一日数次。主治面神经麻痹。

●马钱子（去壳）10 枚，蜈蚣（去头尾）1 条，陈醋（或蜂蜜）适量。上药混合捣烂，外敷患部，每日 2 次。主治面神经麻痹。

●蓖麻仁 10 克，松香 30 克。上药分别研碎，将水 1000 克煮开，加入蓖麻仁，再煮开 5 分钟，加入松香，以小火煮 3～4 分钟后倒入盆中，捻收成膏，切成方块（约 3 克重）。用热水将方块烫软，放在纱布上，贴患侧鬓角颧弓下方（下关穴），以胶布固定，可敷 7～10 天。主治面神经麻痹。

●白芷、细辛各 7 克，荆芥、防风、麻黄、桂枝、藁本、苏叶、当归、川草乌、甘草、雄黄各 10 克（另包）。上药除雄黄外，共用小火炒至焦黄，凉后与雄黄混合，共研为细面，每日早晚用温开水各服一次，每次 9 克。眼药后还可以饮黄酒适量。主治面神经麻痹。

●辣蓼草 20 克，鳝鱼血 20 克。辣蓼草捣烂，取出一半炒热与另一半混合。先将鳝鱼血敷患部，待干后，再敷上辣蓼混合剂，每日 1 次。主治面神经麻痹。

针刺法

●温针灸风池、颊车、地仓、阳白、下关、翳风、台谷、足三里等穴，均针、灸患侧。选 4 个穴毫针行刺，得气后留针，取四块 4×4 厘米见方的硬纸板，中心扎一小孔，将 4 块纸板分套在 4 根针上，然后取 4 节约 2 厘米长的艾条段，分别套在 4 根柄上，距纸板约 2～5 厘米处，点燃（无焰）穴端艾段，每次每穴 3～5 分钟，每日或隔日 1 次，10 次 1 疗程。

●梅花针后颈部、面部患侧、鼻部、耳区、颌下部等穴。重点叩刺人中、眶上孔、眶下孔、翳风、合谷、阳性物处等穴。中度或重度刺激。

●耳针主穴：眼、口、颊皮质下、肝。配穴：脾、额、神门、肾上腺、枕。每次选 4～6 穴，中等刺激，留针 20 分钟。每日 1 次。10 次 1 疗程。

●头皮针双侧运动区下 2/5 处。中等刺激，留针 20 分钟，间歇运针。每

日 1 次，10 次 1 疗程。

●三棱针主穴：内地仓紫筋处（与地仓相对，口颊内取穴）。配穴：太阳、下关、颊车。取患侧穴。内地仓点刺出血 10 滴，余穴速刺出血 3～5 滴。

●电针颊车、地仓、阳白、四白等穴。颊车向地仓平刺，地仓向颊车平刺，得气后各接电极一头。阳白向上平刺，四白向下平刺，得气后同前法。两组均通电 15 分钟，通电量以面部肌肉微见跳动为宜。此法宜于发病 2 周后施用，急性期不宜用。

●水针茎乳穴（茎乳孔体表部位）。用醋酸可的松或氢化泼尼松 25 毫克，加 1%普鲁卡因或 l%利多卡因 1～2 毫升。患者侧卧法，以患侧向上，头下垫枕使颈椎轴线与水平线平行，呈 60°～70°方向进针、直至有骨性抵抗止，进针深达 3～3.5 厘米。每日 1 次，7 次 1 疗程。

●火针地仓。患者坐位或仰卧法，将面部严格消毒，取一枚硬币放入患者口中紧贴于患侧口腔的面颊粘膜上。医者将一手指在口中按住硬币，另一手持一根三棱针或圆针置酒精灯上烧红，迅速垂直刺入面颊地仓穴的外上方，穿透颊部碰到硬币后，立即拔针。3 日 1 次，行针处不留疤痕。

刺络（刺血）拔罐法

●①太阳、地仓。②太阳、下关、颧髎等穴。先取①组穴，用透穴法，即太阳透地仓，施捻转的泻法 1 分钟。复取②组 3 穴行刺络拔罐，每罐出血量 5 毫升即取下。一般施术后痉挛即停止。主治各种原因引起的面肌痉挛。用本法治疗后当即痉挛即可停止，但数小时后仍会复作，但程度减轻。一般需坚持治疗 20 次左右。

●地仓，禾髎、承浆、颊车、下关、阳白、四白、翳风、太阳等穴。取患侧穴位，局部常规消毒后，用皮肤针叩刺，使少量出血。叩刺后配用小口径火罐吸拔 5～10 分钟。隔天治疗 1 次。主治面肌痉挛。本法在炎症期或后遗面部牵板有“倒错现象”时，效果较好。

气功疗法

●取坐位，颈松直，舌抵上腭，口微闭，以鼻呼吸，眼半闭。沉肩，坠时，含胸，收腹，松胯。踝、膝、髋关节各呈 90°角。两手伸开，掌心向下，放在大腿上。收功与起势同。第一 8 势：将左（或右）手紧握拳，掌心向前，把食指掌指关节突起处放在山根穴，从此为起止点（横 8 字交叉处），先后沿两侧眼眶旋转，作“8”字运动，依顺、逆时针各运转 50～100 次，每运转一次作一次呼吸，左右手互换各做 1～2 次。调息、运气均应深、长、细、匀、稳、悠。另一手半握拳，放在大腿上掌心朝下。第二 8 势：以双眼和鼻为一圆圈，嘴为另一圆圈，“人中穴”为 8 字中心，作“8”字运动，其余要求同第一 8 势。第三 8 势；以整个脸盘为一圆圈，耳朵为另一圆圈，耳前颗动脉搏动处为“8”字中心，作“8”字运动，其余要求同第一、二势。

辅助疗法

●睁眼：先闭上眼睛，然后缓慢地将眼睑抬起，两眼注视前上方，并尽量把眼睛瞪大，持续 5 秒钟后还原，重复 5 次。

●皱额：面侧额部用力向中线收缩，做挤鼻子的动作，持续 5 秒钟后还原，重复 5 次。

●还可做吸吮、开口笑、提嘴角、吹口哨、拉下颌、翘嘴唇等动作。

注意事项

本病的发生与受风有关，因此应慎起居，避风寒，出汗较多时不要外出，

天气稍冷可戴口罩，眼睛闭台时要戴眼罩，以免角膜受损。常用热水洗脸，洗脸后按摩面部肌肉，但初期手法不宜过重。另外，要防止精神过度紧张，忌食辛辣刺激性食品。

坐骨神经痛

坐骨神经痛是指坐骨神经通路上即腰、臀部、大腿后、小腿及足部的疼痛症候群。本病可分原发性和继发性两类。原发性坐骨神经痛即坐骨神经炎，是坐骨神经本身发生的病变，多与感染有关，而受冷常为诱发因素。继发性坐骨神经痛主要是由其邻近组织病变，如腰椎间盘突出症、脊椎关节炎、椎管内肿瘤等引起。本病多发于青壮年，以单侧为多。病初感到下背部酸痛，腰部僵直，或在发病初数周走路和运动时有短暂的下肢疼痛。以后逐渐加重而发展为剧烈疼痛，疼痛由一侧腰部、臀部或髋部开始，向下沿大腿后侧、腘窝、小腿外侧和足背外侧扩散，在持续性钝痛的基础上伴有一阵阵加剧的烧的感或针刺样疼痛，夜间疼痛加重。为了避免牵挂坐骨神经而减轻疼痛，患者常取健侧卧位，坐时以健侧臀部着力，站立时身体重心移向健侧下肢，时间一久，可造成腰椎健侧及大腿后方、小腿肌肉松软无力、发凉至萎缩。

治疗

西药

●常可选用的镇痛、镇静药有氨基比林、复方阿司匹林、消炎痛、酰胺咪嗪、抗炎松、氟灭酸、保泰松、强痛定以及利眠宁、安定、眠尔通、非那根、扑尔敏等。为了改善神经传导，可应用维生素 B1、B12、B2、B6，并可给予血管扩张药，如地巴唑、烟酸、654-2 等，以改善血液循环和促进神经代谢。急性期可应用具有消肿和脱敏作用的激素类药物，如地塞米松或强的松，亦可用氟美松或强的松进行局部神经封闭。急性水肿而出现严重根性痛时，可用速尿等脱水药，但同时须注意补充氯化钾。

中成药

●坐骨神经痛患者肢体疼痛明显，并有麻木不仁或不能屈伸者，可用小活络丹。坐骨神经痛伴有盆腔炎，或有腿疼臂疼、心腹疼痛者，可用活络效灵丹。

验方

●鲜八角刺根皮 500 克，白酒 1500 毫升。上一味铁锅内炒干，白酒泡浸 1 周后，取药液擦痛处，并早晚各服 15 克。

●刺猬皮、黄酒适量。上一味焙焦研细末，每次 10 克，黄酒冲服，每日早晚各 1 次，连服 3 次为一疗程，不愈再服。主治坐骨神经痛。

●豨莶草 1000 克，桑枝 1500 克，60 度酒 250 毫升。前二味水煎 250 毫升，兑入白酒，装瓶备用，每日 3 次，每次服 20～25 毫升，连服 7 日。主治坐骨神经痛。

●威灵仙（研末）、白酒适量。上一味每服 1 汤匙，酒送下。主治坐骨神经痛。

●制川乌、白芍、鸡血藤各 30 克，干地黄、地龙、葛根各 15 克，当归、牛膝、姜黄、紫苏各 12 克，甘草 9 克。每日 1 剂，水煎分 3 次服。主治坐骨神经痛。

●桂枝、制川乌、羌活、独活各 4.5 克，苍术、白术、全当归、鸡血藤、威灵仙、汉防已各 9 克，嫩桑枝、桑寄生各 12 克。每日 1 剂，水煎服。主治坐骨神经痛。

●白芍 45 克，生地黄 30～60 克，枸杞子、制首乌、当归、木瓜各 15 克，川芎 10 克，淮牛膝 20 克。水煎温服，日服 2 次。如偏风者加防风 10

克，秦艽 12 克。偏寒者加制川乌、制草乌各 9 克。偏热者加忍冬藤 30 克，络石藤 12 克。兼气虚者加生黄芪 30～40 克，疼痛日久不愈者蜈蚣 4 条，蕲蛇 15 克。主治坐骨神经痛。

●白术 30 克，熟附子 9 克。水煎 2 次兑匀，分二次温服。

●杜仲炭 30 克，牛膝 25 克，红花 30 克，南星 30 克，苍术 25 克，当归 50 克。水煎服，两日一剂，早晚两次分服，一剂为一疗程。主治坐骨神经痛。

●麻黄、桂枝、牛膝、木瓜各 30 克，生姜 100 克，糊盐 30 克，全鸡一只。将麻黄、桂枝、牛膝、木瓜水浸，将鸡放入药水中，水量以鸡为界，将鸡煮脱骨后加生姜 100 克，糊盐 30 克，服时去渣吃肉喝汤，每日二次，连服七天为一疗程。主治坐骨神经痛。

●鸡血藤 15～20 克，大黄 10～15 克，芒硝 10～15 克，桂枝 10～15 克，柴胡 10～15 克，黄芩 10～12 克。每日一剂水煎，分二次服。主治坐骨神经痛。

敷贴法

●鲜生姜自然汁 500 克，明亮水胶 120 克，肉桂、细辛末适量。用文火同熬成稀膏，摊涂布上，临用时将研细的肉桂、细辛末掺于膏药中，外敷环跳、委中、承山 3 穴，每日 1 换。

艾灸

●夹脊、秩边、环跳、委中、腰阳关、阳陵泉、承山、悬钟等穴。按艾炷灸法常规施术。每日施灸 1～2 次，每穴 3～5 壮，连用至愈。主治坐骨神经痛。根据疼痛部位不同加灸其他穴位。如腰痛加肾俞、关元；臀痛加次髎；大腿后侧痛加承扶、殷门；膝痛加足三里；踝痛加昆仑。

●阿是穴、八髎、风市、昆仑、足三里等穴。按艾卷温和灸法施术，每穴每次施灸 10～20 分钟，每日灸治 1～2 次，或隔日灸治 1 次，7～10 次为 1 疗程，疗程间隔 3～5 天。主治坐骨神经痛。临床中应根据病情配灸肾俞、腰阳关、环跳、委中等穴。

●肾俞、八髎、腰阳关、秩边、环跳、殷门、委中、风市、承山、足三里、阳陵泉、绝骨、足临位、阿是穴。按艾炷隔姜灸法施灸。上述穴位均选患侧，每次选用 3～5 个穴位，轮换应用。每日灸治 1 次，重症患者也可每日灸 2～3 次，7 次为 1 疗程，疗程间隔 3～5 天。主治坐骨神经痛。

●大肠俞、秩边、环跳、风市、委中、阴陵泉、承山、绝骨等穴。按温针灸法施术。每次取 2～4 个穴位，毫针刺入，得气后留针，将带孔硬纸板（底面积为 4×4 厘米）套在每根针上，再取大约 2 厘米的艾卷，将其插在每根针柄上，距穴约 2～3 厘米，点燃（无焰）艾卷穴端。每穴灸 1～2 壮，每日或隔日 1 次，10 次为 1 疗程。主治坐骨神经痛。一般每次循 1 条经取穴比循多条经取穴疗效更加满意。

●①肾俞、八髎、秩边、委中、承山；②环跳、风市、阳陵泉、绝骨、昆仑等穴；③髀关、足三里，上巨虚、冲阳等穴。按温灸温盒灸法操作。3 组穴位轮换应用，每次选用该组 2～3 个穴位。电针治疗采用断续波，频率 20～30 次/分，电流强度以病人能耐受为度，每次通电 15～20 分钟。电针停后，将 1.5 寸艾卷两段点燃，放于艾灸盒中，置于针后的穴位上施灸，至艾卷燃尽为止。主治坐骨神经痛。循 1 条经取穴比循多条经取穴疗效更加满意，循 1 条经取穴，可以集中刺激量，增加刺激强度，提高治疗效果。

●阿是穴、八髎、阳陵泉、足三里、昆仑等穴。按艾火针衬垫灸法施术。

每穴每次施灸 5～7 壮，每日灸治 1～2 次，10 次为 1 疗程，疗程间隔 3～5 天。主治坐骨神经痛。施灸时，以局部稍红晕为度。

灯火灸

●环跳、殷门、承山、委中、足三里、阿是穴。采用明灯爆灸法施术。每穴灸 1 壮即可，每天施灸 1 次，10 天为 1 疗程。主治坐骨神经痛。

敷灸

●风市穴。按敷灸法施术。将斑蝥研为极细末，密贮备用，敷灸前先用 1 寸左右见方胶布，中央剪 1 小孔如黄豆大，贴在穴位上，然后取斑蝥粉适量放于剪孔上，上盖胶布固定。灸至以皮肤发红为度，约敷灸 0.5～2.5 小时。主治坐骨神经痛。若灸后局部出现水泡，须抽出液体，外用消毒纱布包扎，防止感染。

●环跳、委中、承山等穴。按敷灸法常规操作。取鲜姜自然汁 500 克，明亮水胶 120 克，用文火同熬成稀膏，摊涂布上，临用时将研细的肉桂、细辛末掺于膏药中，敷于穴位上，每天换药 1 次，5 天为 1 疗程。主治坐骨神经痛。此法多用于痛痹。

●阿是、环跳、风市、委中、承山、昆仑等穴。按敷灸法常规施术。取毛莨全草 1～2 棵洗净，沥干，切碎、捣烂，加食糖约十分之一，敷贴于上述患侧穴位处。每次选 1～3 穴，轮流交替使用，敷贴范围约 3 厘米大小，敷后 1～4 小时，局部有烧灼感即取下。主治坐骨神经痛。若 1～2 日后局部红肿疼痛，随后发生水泡，按常规处理。

●阿是穴。按敷灸法常施术。将生乌头 150 克加醋磨成糊状，入砂锅内熬至酱色为度（100℃，约 2 分钟）；摊于布上厚约 0.5 厘米，贴敷痛处，每日换药 1 次，至愈为止，主治坐骨神经痛。此法只适于寒盛的坐骨神经痛。

火罐法

●肾俞、大肠俞、环跳、承扶、殷门、委中、阳陵泉、志室、次髎、涌泉等穴。患者取适当体位。每次选 3～5 穴，用闪火法将大小适宜之火罐，扣拔在穴位上、留罐 10 分钟左右，每日或隔日治疗 1 次。主治各种原因引起的坐骨神经痛。

拔罐法

●主穴：腰俞、环跳、委中、申脉、坐骨（大转子与尾骨尖连线中点下 1 寸）。配穴：行痹加昆仑，着痹加阳陵泉，痛痹加十七椎，热痹加绝骨。患者取俯卧位，常规消毒后，用三棱针直接或缓斜刺入皮肤浅静脉中，静脉不显处则直接刺在穴位上，旋即加拔火罐（以血出自止为度）。起罐后局部敷白及粉，以防止感染。主治各种原因引起的坐骨神经痛。

●上点：环跳穴；下点：根据疼痛放散走向选用。足太阳型多取承扶、殷门、委中、承山等穴；足少阳型取风市、阳陵泉、绝骨、昆仑、丘墟等穴。每次取上、下点穴位各 1 处，局部消毒，用三棱针刺出血。环跳穴可刺入 3～6 分，其它穴位刺入 1～3 分，疾入疾出，出计后任其流血。血止后加拔火罐。如出血不畅或出血凝结，需立即加罐拔血。创口注意清洁，不做处理。视病情缓急，可隔 1～5 日治疗 1 次。主治各种原因引起的坐骨神经痛。

●①腰俞、中膂俞、白环俞、上髎、次髎、下髎、环跳等穴；②承扶、殷门、委中、委阳、阳交、悬钟、跗阳、丘墟、昆仑等穴。选取穴位或穴位周围显露的静脉血管，常规消毒。用消毒后的 16 号三棱针点刺出血，血止拔罐，约 2～3 分钟去罐，用 2%碘酒棉球消毒针孔。①组穴每次可取 1～2 穴，

②组穴每次可取 2～4 穴。主治各种原因引起的坐骨神经痛。取①组穴适用于下腰痛，②组穴适用于下肢痛。

●①腰俞、委中、阳陵泉等穴；②风池、环跳、秩边、殷门、绝骨，昆仑等穴。先取①组穴，用 16 号三棱针，穴位常规消毒后，点刺出血，血止后拔罐，约 5 分钟后去罐。最后用 2%碘酒棉球消毒针孔。②组穴用毫针刺，用泻法，留针半小时，每隔 5 分钟捻转 1 次。起针后用 75%酒精棉球消毒针孔。

针罐法

●主穴：①大肠俞、环跳、殷门；②新环跳（尾骨尖端旁开 3 寸处）、秩边、殷门。配穴：随症加减，阳陵泉、悬钟，昆仑、风市。以上两组穴交替使用。用毫针针刺得气后，选口径大小适宜的火罐，在主穴上扣针拔罐，留罐 10～15 分钟，启罐后继续留针 15 分钟，中间行针 2～3 次，每日治疗 1 次，6 次为 1 疗程。主治原发性坐骨神经痛。

●①腰阳关、次髎、环跳、殷门、承山等穴；②阳陵泉、昆仑等穴。两组穴均取患侧穴位，用毫针深刺，得气后，以拇指向前食指向后搓针捻转，使针体固定守气，留针 30 分钟。出针后在①组穴位上加拔火罐。每天治疗 1 次，连治 1 周为 1 疗程，一般 1～2 个疗程便可治愈。主治坐骨神经痛的轻症而且体质虚弱者。

●阿是穴及其对应点。寻找患肢明显压痛点即阿是穴，取健侧与患肢阿是穴相对应的部位，以提、插、刮针、捻转或烧山火，留针 30～60 分钟，每 10～20 分钟行针 1 次，同时在患肢阿是穴以快速针刺法（不留针）针之，并拔火罐 10～15 分钟后，以艾条灸 5～10 分钟，每日 1 次，10 次为 1 疗程，疗程间隔 3～5 天。主治适宜于各种原因引起的坐骨神经痛。

药罐法

●阿是穴。用直径 4～10 厘米不等的竹管，经药汁（配方：透骨草、防风、川乌、草乌、荆芥、独活、羌活、寄生、艾叶、红花、牛膝、桂枝、川椒各 100 克）煮沸后，按疼痛部位行拔罐治疗，病情较重者行强化的、沿经络走行密排拔罐。每次留罐 15～20 分钟。主治各种原因引起的坐骨神经痛。

针灸罐法

●双阳穴（环跳与风市之中点向内，适当足太阳膀胱与足少阳胆经循行路线之正中间找出取穴点，再由此点向上向下各 1 寸处分别取之）。用 75%酒精棉球进行常规皮肤消毒，在患侧两穴上各直刺 2.3～3 寸，予以提插捻转中强刺激。针感：酸、沉、胀、触电样，向上放散至腰胯部，向下放散至足趾部，留针 10～20 分钟，起针后配用艾条悬灸 10 分钟。然后用闪火法在穴位上拔火罐，留罐 10 分钟。每日治疗 1 次，10 次为 1 疗程。主治各种原因引起的坐骨神经痛。

●主穴：环跳、秩边、阳陵泉、肾俞；配穴：承山，殷门、绝骨。主穴用热补法，针尾上加 2 厘米长艾条 1 段，在针身周围皮肤上垫块 5 厘米方圆的硬纸（以防零星艾绒掉下烧伤皮肤）。艾条燃尽后，针柄上加 95%酒精棉球一个，点燃后拔上火罐，留罐 15～20 分钟（根据负压的大小而定，预防时间过长起水泡）。配穴用平补平泻针法。每天治疗 1 次，7 天为 1 疗程。主治原发性坐骨神经痛。

水针罐法

●太阳经：秩边、环跳、委中，承山等穴；少阳经：环跳、风市、阳陵

泉、悬钟等穴；阳明经：髀关、伏兔、足三里、条口等穴。取痛点放射线为患经，就近取穴，顺经进针（用 5 $1/2$ 号长注射针〕，得气后退针，同时注入成药（当归液或麝香液等注射液），药物可辨症配之，使药物顺经络而疏导。（根据病情需要可同时疏导数经）。出针后在针眼处拔上火罐，导其瘀滞之邪（流出少量暗紫色瘀血），拔 5 分钟后起罐，按常规消毒。隔 2～3 日治疗 1 次，10 次为 1 疗程。主治各种原因引起的坐骨神经痛。

火针罐法

●环跳、秩边、殷门、阳陵泉、承山、阿是穴。患者取侧卧位，患肢在上。每次取 2～3 个穴，先行点穴按压做好标记，穴位常规消毒，用自制 20 号寸火针，于酒精灯上烧的寸余，待针烧至白而发亮时.迅速刺入穴位 0.5～l 寸，并迅速出针，刺穴要准，出针要快，然后再取大号火罐即在穴位上拔之，留罐 5～10 分钟，使局部皮肤红紫或出少量血为宜，起罐后局部常规消毒，一周内勿洗澡，每周治疗 1 次，5 次为 1 疗程。主治各种原因引起的坐骨神经痛。

针刺加闪罐或走罐法

●主穴：膈俞（双），胆俞（双）、阿是穴；配穴：全腿痛加环跳、丘墟，疼痛以膝关节以下为主加阳陵泉、承山，以髋关节以下、膝关节以上为主者加风市、承扶，以腰骶部为主者加命门、次髎；瘀血明显者加血海、三阴交透悬钟。患者取俯卧位，尽量放松腰背部肌肉。穴位常规消毒后，取 26 号 6 寸长毫针，先垂直快速刺入膈俞穴皮下，得气后将针向下透刺至胆俞穴，边推进边捻转，使针感沿足太阳经脉向下传导至腰骶、臀部。然后再用 26 号 2～3.5 寸长毫针（据下同穴位而择不同尺寸的针具）针刺配穴，得气后行提插手法，使产生明显的酸、麻、胀或沿经传导的针感，频率及强度以患者能耐受为度，留针 25 分钟。起针后再在疼痛明显或压痛点处，施以闪罐或走罐术，至局部红润、温热为佳。以上方法疼痛重者每日 1 次，疼痛减轻后隔日 1 次，10 次为 1 疗程。主治各种原因引起的坐骨神经痛。

气功疗法

●两腿分开，与肩同宽，微屈站立，两脚微成内八字，十趾抓地；舌抵上腭，竖项，含胸拔背，沉肩垂时，提肛松腰，松小腹，两手自然下垂于两腿侧，周身放松，意守丹田。两目平视远方或垂眼帘视鼻端。接上势，两手紧握成拳，分别移向后背，以拳背食指根部（拳尖）抵往各一侧的肾俞穴，要用力，以穴位感受到有压痛或酸胀为宜。然后晃动腰腹部，按左扭一前仰一右扭一后俯的顺序，顺时针晃动一圈，幅度尽力能大则大，晃动 80～100 圈后，再逆时针晃动 80～100 圈。而后稍停顿一下，意守丹田，随之以两拳尖在两肾俞穴揉动 30～40 下、以穴位有酸胀热感为宜。接上势，两拳变掌，由肾俞穴分别经两胁前移，贴小腹。拇指紧按小腹上缘，余四指向下，紧按小腹下缘，两手虎口相对，中间突出丹田部位，然后上下抖动小腹 30～40 次，此时意守丹田，气沉小腹，切不可上浮。

辅助疗法

●交替后伸腿：双手扶在床架、椅背、桌边，上体保持正直，双腿伸直交替后伸，同时抬头挺胸，动作幅度从小到大，每天 1～2 次，每次 2～5 分钟。

●活动腰胯，两足平行站立，两手插腰，上体前屈后伸、左右侧屈和做

轻度的环转练习，每次 1～2 分钟。

●插腰深蹲：两足平行站立，上体保持正直，两手插腰，做深蹲练习，每次 1～2 分钟。

●屈髋抱膝：患者可伸屈两侧髋膝关节至最大限度，并用双手按压屈曲的双膝，使其反复接触胸腹部 5～10 次，再自动或被动伸直双小腿。

●举腿展肢：将健侧腿举至 90°，慢慢抬举。先健侧，后患侧，脚跟放在凳子或其他支架上，两上肢伸直，交互用手指去接触大趾，左右展动。注意开始时要缓慢，幅度小一些。

●摇摆双肩：两手握拳，屈时成 90°，放于身体两侧肋部。再摆摇双肩，两手也随之摆动，腰部随之扭动，共 24 次。

注意事项

急性期应睡硬板床 2 周左右，减少臀部过度牵伸，防止受风和受寒，注意劳逸结合，起居作息应有规律，注意防潮，衬衣汗湿后及时换洗，出汗后不宜马上洗浴。慢性期应配合锻炼。

面神经炎

本病是一种最常见的颅神经疾病，多发生在青壮年，无明显季节性。其发病原因尚不十分清楚。起病突然病前常有受凉、受潮、吹风史，少数病人病前数日可有耳下或耳后部疼痛，多数病人往往在晨起漱口或吃饭时，突然发现患侧面部发紧，动作不灵。面肌麻痹常只发生于一侧，在 1～2 天达最高峰。表现为面部表情动作消失，额纹消失或变浅，眼裂扩大，闭目不全，鼻唇沟变浅或消失，口角歪向健侧，笑时更为明显。患侧不能皱额、鼓腮、示齿、吹口哨等。进食时，食物留滞在齿、颊间，唾液自口角外流；急性或亚急性发病，出现一侧（偶为双侧）周围性面瘫，可伴有舌前 2/3 味觉障碍，少数可有耳鸣、听觉过敏或耳部疱疹等。

治疗

西药

●急性期以控制感染、改善局部血液循环、减轻面神经水肿为治疗目的，常可选用强的松、地塞米松等上腺皮质激素类药物，另外还可选用加兰他敏、B 族维生素、烟酸、ATP、肌昔、细胞色素 C 等药物治疗。

中成药

●面神经麻痹急性期，可选用僵蛹片或天麻丸。

验方

●葛蒲、远志、僵蚕、枳实、红花各 6 克，胆南星、当归、桃仁各 9 克，竹茹 4.5 克，桑枝 15 克，全蝎粉（吞）1.2 克，豨莶草 12 克。每日 1 剂，水煎服。主治面神经炎。

●防风 30 克，全蜈蚣 2 条（研为细末）。以防风煎汤送服蜈蚣末，日一剂，晚饭后服，药后避风寒。病程长者加当归、川芎。主治面神经炎。

●白术 20 克，人参、天麻各 10 克，炙甘草、沉香、青皮、紫苏叶、白芷、木瓜各 5 克，乌药 15 克。共研细末，每日 40～80 克，加水 200 毫升，纱布包，煮沸 10 分钟，早晚 2 次分服。10 日为 1 疗程，服 1～4 个疗程观察疗效。主治面神经麻痹日久者（2 年以下）。

●黄芪 100 克，当归 15 克，白附子、僵蚕、全蝎各 10 克。水煎，滤汁后加白酒 10 毫升，1 天分 3 次服完。随症加减。主治面神经麻痹。

敷贴法

●白芥子 10～20 克。取白芥子研末，用温水调成糊状，摊在消毒沙布上，芥子糊面积约为 4×4 厘米，厚约 0.5 厘米（小儿均减），敷在患侧相当于地仓、下关、颊车穴之间的部位，胶布固定 24 小时后取下。主治面神经炎。局部有烧灼感及轻微不适，去除外敷药后局部可见红肿或少许散在水泡，按烫伤换药 2～3 次即可，3～5 天红肿消退，25 天左右皮肤色泽复原。

●生马钱子适量。将马钱子甲开水浸泡 24 小时，切成薄片，厚约 1 毫米，抹去黄黑色油片和碎片，整齐排列于 2 张胶布或伤湿止痛膏上（约 12～18 片），贴患侧面部，5～7 天换药 1 次，一般 2 次可愈。主治面神经炎。

●天麻、南星、地风、白僵蚕、白芨各 8 克，巴豆 5 粒（去壳），鲜生姜 500 克。上药烘干，研为细末，过筛，鲜生姜捣烂取汁，调和药膏，纱布一层包裹，敷患侧 7～8 小时，即可取下。一般 1 剂即愈。主治面神经炎。药汁不能流入口、耳、鼻、眼内，7 天内需避风。

●马钱子 50 克，芫花 20 克，明雄黄 2 克，川乌 3 克，胆南星 5 克，白

胡椒 2 克，白附子 3 克。先将马钱子放砂锅内，加水与绿豆一撮，放火上煎熬，待豆热，将马钱子捞出，剥去皮毛，打成碎块。然后，在铁锅内放砂，炒热，入马钱子碎块于砂内，用木棒不停地搅拌，马钱子发出崩崩的声蹦，至声音停止，马钱子呈黄褐色时（不可炒黑，黑则无效），取出即可用。用时与诸药共研为末，过筛，取药末 10～15 克，撒布于 6～8 平方厘米胶布中间（如法制 2 块），贴于神阙、牵正穴位，2 天换药 1 次，一般 5～10 天见效。主治中风、口眼歪斜。

●木芙蓉叶适量。上方捣烂和入鸡蛋煎作成饼，贴于脐部。主治面神经麻痹。

●马钱子粉 1 克，樟脑粉 0.3 克，膏药脂 4 克。将药物加热调匀后涂于 7×7 厘米膏药布备用。用时将膏药烘软后贴在患侧耳垂前面神经干区域，4 天换药 1 次，4 次为 1 疗程。主治面神经炎。

●白附子、白僵蚕、全虫各 20 克，冰片 10 克。先将前 3 味共研为细面，后加冰片再慢研均匀，装瓶备用，将上药的 1/4 加少许松节油调成块状，用干净的白纱布包成大约 0.6 厘米厚的片状包，置于患侧的耳垂后下，用暖水袋放在药包上热敷。亦可用高温瓶、烧热的砖头等。每次 1 小时，每天更换药物 1 次，热敷数次。主治血管神经机能紊乱所致的面瘫。

●鲜鳝鱼血、乳香末适量。上药拌匀备用。涂敷患侧地仓、颊车、下关、大迎、巨髎等穴，也可涂患侧全面部，l 日 1 次，连用 5～15 次。主治各型面神经炎。

●全蝎、僵蚕、川乌、草乌、半夏、白芨、威灵仙、陈皮各等份。将上药共研为细末，每次用 15 克，用生姜汁调成糊状，敷患侧面部，外贴白布并固定，每天换药 1 次。主治面神经炎。

●番木鳖 500 克，白蜜适量。将番木鳖加水 3600 毫升，煮沸 20 分钟，趁热刮出外皮，取仁切片置瓦上文火烘酥，研筛为细粉，白蜜调为稀糊状，文火煎熬 15 分钟，待温备用。用时将药膏涂患侧面部厚角 0.2 厘米（口眼部不涂），用纱布覆盖，每日更换 1 次。擦药处 3～5 日发生奇痒，6～8 日出现粒疹，9～14 日若疼痛剧烈，则愈之兆，即可停药。主治面瘫。

填脐法

●胆南星、明雄黄各 3 克，醋芫花 50 克，白胡椒挥发油 0.05 毫升，马钱子总碱 0.1 毫克。上方前 3 味共研细末，喷入白胡椒挥发油，每次取药末 150 毫克加马前子总碱 0.1 毫克，混匀后，取适量填脐，外用胶布封固，2～5 天换药 1 次。主治面神经麻痹。

●胆南星 8 克，明雄黄 3 克，醋芫花 50 克，黄蔑 30 克，马钱子生物总碱 0.1 毫克，白胡淑挥发油 0.05 毫升。上方前 5 味共烘干研末，再喷入白胡椒挥发油混匀，如肝阳上扰加羚羊角粉 3 克，勾藤 20 克；血瘀加乳香 15 克，没药 15 克，冰片 10 克。用时每次药粉 250 毫克，填入脐内按紧，胶布密封固定，2～5 天换药 1 次，直至病愈。主治面神经炎。

塞耳法

●取鲜生地适量，塞一侧耳，每次塞 30 分钟，双耳交替用药。主治气血亏虚眩晕。

擦龈法

●鲜生姜 1 块。将生姜剖开，取剖面分别向左右交替捺擦患侧上下齿龈（指口角歪向侧的对侧）直至齿龈部有烧的感或发热感时为止。每天 2～3

次，7 天为 1 疗程。主治面神经炎。

口窍贴药法

●大皂角 6 克。去皮与籽研末，过细筛，入铜锅或铜勺（忌铁器），用微火炒至焦黄色，再入醋 30 克收匀成膏。把膏药平摊于敷料上约 3 毫米，贴于口角处，右歪贴左，贴药时稍向患侧牵拉固定。每日 1 次，2 日后改为间日 1 次，至病愈。主治面神经炎。

含漱法

●羌活、独活、白芷各 10 克，白胡椒适量（每岁 1 粒）。研细末过筛，泛蜜为丸、每剂 2 丸，分别放于两面颊部，含漱，任其口涎缓缓从口角流出，勿将药液吞咽。并根据季节不同，酌加衣被，以头面部微微汗出为宜，每次需 1～1 个半小时，含漱后用温水漱口。主治面神经炎。

𠯈鼻法

●生乌头、青矾各等份。上药研极细末，每用 0.3 克𠯈鼻，取嚏。1 日 2～3 次，至愈为止。主治面神经炎。

●鹅不食草 10 份，冰片 1 份（另研）。上药研为细末过筛（鲜品捣烂），加冰片调拌均匀，以药粉适量包于纱布内，塞患侧鼻中 24 小时去掉，左右交替塞，至病愈止。主治青壮年面神经炎。

艾炷灸

●翳风、颊车、地仓、合谷、阳白等穴。按艾炷灸法常规施术。每日施灸 1～2 次，每穴 3～5 壮。主治面神经炎。临床治疗时，应辨症配灸其它俞穴。若风邪盛者加太阳、风池；正气虚者加足三里、内庭。

●风池、颊车、地仓、颧髎、四白、阳白、合谷、阿是穴。按艾住隔物（姜）灸法施术。每次选用 3～5 个穴位，每穴每次施灸 3～7 壮，艾炷如枣核或蚕豆大，每日或隔日灸治 1 次，5～7 次为 1 疗程。主治面神经炎。施灸时根据临床症状适当配灸下关、听会、足三里、太冲、外关等穴。

●选用穴位为经外奇穴，共为 3 个穴位。取穴方法：①以稻秆量患者大陵穴至中冲穴之长度，再以此长度以素髎穴向上量，人发际稻秆尽处为第 1 穴；②以第 1 次下 1 寸（同身寸）为第 2 穴；③以稻秆量患者中指长度，以此长度从耳后砧骨上向上量，秆心尽处为第 3 穴。按艾炷隔物（蒜泥）灸法施术。将大蒜捣如泥状，取蒜泥少许涂穴位上（穴位处头发剃去），上置艾炷施灸，每穴各灸 1 壮，左㖞灸右，右㖞灸左。主治面神经炎。

艾卷灸

●翳风、颊车、地仓、合谷、阳白等穴。按艾圈悬灸法施术。每日施灸 1～2 次，每穴 3～5 壮。主治面神经炎。若风邪感者加太阳、风池等穴；正气虚者加足三里、内庭等穴。

●风池、颊车、颧髎、四白、阳白、合谷、阿是穴。按艾卷温和灸法施术。每次选用 3～5 个穴，每穴每次施灸 5～15 分钟，每日灸治 1 次，5～7 次为 1 疗程。主治面神经炎。

温灸

●风池、颊车、地仓、阳白、下关、翳风、合谷、足三里。按温灸针上加灸法施术，每次选四个俞穴毫针行刺，得气后留针，取四块 4×4 厘米见方的硬纸板，中心扎一小孔，将四块纸板分套在四根针上，再取四节约 2 厘米长的艾条段，分别套在四根针柄上。距纸板约 2～5 厘米处，点燃（无焰）穴端上段。每次每穴灸 1 壮，每日或隔日 1 次，10 次为 1 疗程。主治面神经炎。

一般施灸时，以施灸部位皮肤红晕为佳。

●耳道内。按苇管器灸法常规施术。将半个花生仁大小一撮细艾绒，放在苇管器半个鸭嘴形处，用线香点燃后，用胶布封闭苇管器内端插入耳道内，施灸时耳部有温热感觉，灸完 1 壮，再换 1 壮，每次灸 3～9 壮。每日或隔日灸治 1 次，10 次为 1 疗程。主治面神经炎。

●耳道内。按蛋壳苇管器灸法施术。艾团制法：先取纯净细软艾绒 30 克，然后将巴豆皮 0.6 克，白附子 0.3 克，香白芷 0.6 克，生川乌 0.6 克，苏薄荷 0.6 克，炙全虫 0.3 克，细辛 0.6 克，炙蜈蚣 0.03 克，共研细末，均匀撒于艾绒之中。最后将艾绒等分 7 份，制成艾团备用（以上为 1 次用量）。灸器制法；先取空鸡蛋壳一个，将蛋壳之上方小头处打去四分之一，另在蛋壳侧面打如毛笔杆粗细的小孔一个。再取长约 4 寸，两端开口的芦苇管一根（如毛笔杆粗细），将苇管一端插入孔中，四周用薄皮密封，勿令漏气。待干后即可用。灸治时嘱患者取健侧卧位，患侧向上，然后将“ 灸器 ”（苇管的一端）轻轻插入患者的耳内，再将一个艾团放入里壳中点燃施灸，施灸过程中医者可用一根苇管徐徐吹动艾火，使其燃烧，并使烟和热气窜入耳内，如此连续施灸 7 个艾团即可。注意，不要把病入熏晕，间日治疗 1 次，主治面神经炎。熏灸后，可使皮肤温度升高 2～3℃，以患者能耐受为度。

灯火灸

●翳风、地仓、阳白、颊车、合谷等穴。采用阴灯的灸法施灸。每天施灸 1～2 次，每穴灸 1 壮，15 天为 1 疗程，复灸时应避开原灸点，以免灼伤皮肤。主治面神经炎。

敷灸

●下关、太阳、颊车等穴。按敷灸法施术。将斑蝥 1～2 个，巴豆 2～3 个，麝香 0.02 克，鲜柳枝头 1 枝或带叶 3～5 片，鲜生姜 5～10 克共捣如泥，贴于患侧的穴位上。当敷药处有热性刺痛感时，即将药物除去。每隔 7～10 天敷药 1 次，一般 1～3 次痊愈。主治面神经炎。

●患侧耳垂前面神经干区域。按敷灸法施术。将马钱子粉 1 克，樟脑粉 0.3 克，膏药脂 4 克，加热调匀后涂于 7×7 厘米膏药布备用。用时将膏药烘软后贴在患侧耳垂前面神经干区域，4 天换药 1 次，4 次为 1 疗程。主治面神经炎。敷灸后若局部出现水泡可针破，待愈后再灸。

●患侧面部。按敷灸法常规施术。将天麻、南星、地风、白僵蚕、白芨各 8 克，巴豆 5 粒（去壳）共研为细末，过筛，鲜生姜 500 克捣烂取汁，调和药膏，敷于患侧 7～8 小时，即可取下，一般一剂即愈。主治面神经炎。本方药物剧毒，不能流入口、鼻、耳、眼内，7 天内需避风。

●患侧太阳、下关、地仓等穴。按敷灸法常规施术。将白芥子适量研为细末，用蜂蜜调成膏，敷患侧太阳、下关、地仓穴之间局部有烧灼感，并发赤时去掉，l 天 2 次，直至病愈。主治面神经炎。个别患者局部发痒、起泡，但不形成瘢痕。

●听宫、翳风、下关、阳白、颧髎等穴。按敷灸法常规操作。将蓖麻仁 50 克捣碎，然后加入朱砂 2 克混合捣烂如泥，制成梧桐子大药丸，每次选患侧 2 个穴，每穴贴 1 丸，用小块圆形橡皮膏固定。每日换贴 1 次。主治面神经炎。以上穴位交替使用，连续敷灸 1 个月。

火罐法

●风池、颊车、四白、颧髎等穴。均取患侧，每次两穴，取大小适宜的

火罐，用闪火法或投火法吸拔于穴位上。以上 4 穴轮流使用。主治面神经麻痹（面瘫）。①体弱者宜慎用。②肌肉枯瘦浅薄，抽搐痉挛或局部有静脉曲张者均不能用。

●下关、牵正、太阳、阳白等穴。每次均取患侧 1～2 穴，用小号火罐，以闪火或投火怯吸拔于穴位上，留罐 10 分钟左右。或者在患侧面部，用皮肤针叩刺使之少量出血再拔火罐。3 日治疗 1 次。本法在面神经麻痹的炎症期或后遗面部有“倒错现象”时，效果明显。治疗后应避风寒。

闪罐法

●①风池、攒竹、地仓、颊车、合谷等穴。②牵正、四白、颊车、地仓等穴。患者取坐位或健侧位，先针①组穴，留针 15～20 分钟。然后取无色透明圆型鱼唇口玻璃罐大号（口径为 6 厘米）两个，中号（内径为 4 厘米）1 个。治疗时患者取坐位，术者站立在患者的患侧，左手持 95%酒精点燃棒 1 支，右手持大号闪罐一个，将点燃的酒精棒快速放入罐内并迅速退出，使罐内形成负压，对穴位进行抽拔。主要用②组穴，每罐连续操作平均 15 次，两个大号火罐轮流使用，直至火罐发烫为止。最后用中号火罐拔风池穴，留罐 5 分钟。主治面神经麻痹。①治疗后嘱患者不要马上外出，以防止受风。②针刺时注意手法的强弱，掌握实则泻之，虚者补之的原则。③操作时应防止酒精溅到患者面部引起烧伤，同时注意玻璃罐温度不要过高，一般操作 10～15 次后，玻璃罐温度可达 40°C，故应及时更换。④平时注意局部保暖、防风，并经常按摩患部，以促进康复。

类风湿性类节炎

类风湿性关节炎是自身免疫性疾病。其病理改变以关节滑膜炎症为主。凡构成关节的各种组织如滑膜、软骨、韧带、肌腱和相连的骨骼都有病变，而且病变还存在于心、肺、血管等器官和组织。主要症状：关节呈梭形肿胀，清晨僵硬，活动受限甚或丧失功能、关节畸形等。

治疗

西药

●阿司匹林为止痛及缓解关节僵硬的有效药物，如无效，可选用消炎痛、布洛芬、炎痛喜康、萘普生、抗风湿灵、保泰松、氯灭酸、抗炎酸等。急性发作期，上述药物无效或不能耐受者，可选用激素类药物，如强的松、泼尼松、氯化可的松、地塞米松等，也可选用免疫抑制药物，如硫唑嘌呤、环磷酰胺。另外，还可试用 D-青霉素胺、左旋咪唑、金剂、氯喹等治疗。

中成药

●四肢关节痛、遇冷痛剧、得热痛减、痛有定位、不可屈伸、面色苍白者可用鹿茸丸或附子粥。关节疼痛厉害，兼有头昏、眼花、全身乏力者，可选用大活络丸、独活寄生丸、人生再造丸、小活络片或通络片。

敷贴法

●麻油 240 毫升，黄蜡 7.5 克，松香、黄丹各 30 克，铜绿 6 克，轻粉 3 克，制乳没备 9 克。羌将麻油熬滚加黄蜡，化开，次入松香，再下黄丹。与其它药研末加入，搅匀成膏备用。用时将膏薄摊患部，外加绷带固定。每日 1 次，5～7 日为 1 疗程，热退后停用。主治类风湿性关节炎。皮肤过敏、溃疡者禁用。本方毒性大，勿入口。

●生川乌、生草乌、生南星、生半夏各等份。共研细末，用酒蜜调和，趁热敷患处。

●白芥子 60 克，大葱、生姜各 30 克。白芥子微炒，与后二味共捣烂成绒状，摊布上，包敷膝关节肿痛处，以局部发泡为度，一般 2～3 天患处起皮。主治鹤膝风关节肿痛初起或久病。保持患部清洁，预防感染，如泡破干痛，可涂以麻油。

●葱白 300 克，生姜、食盐各 120 克，酒糟适量。共捣如膏，敷患处，盖以纱布，胶布固定，外用热水袋熨之，每日换药熨 1 次。主治鹤膝风。

●芋头花、生姜、葱子、石灰面各适量。上药共捣烂，少量酒炒，外敷患处。主治鹤膝风。

●白药子 200 克，大蒜 1 头，葱 3 根，韭菜蔸 7 个。先将白药子研末，再加蒜、葱、韭菜蔸共捣烂，敷患处。主治鹤膝风，敷药后可发泡流水，用纱布遮盖让其自愈。

●大戟、甘遂各 100 克，大黄 15 克。上 3 味共研细末，蜂蜜调敷双膝，并盖上鲜菜叶以保持敷药湿润，每天 2 次。主治鹤膝风湿热型。

●独蒜饼、砒霜、轻粉各 0.6 克，冰片 1.2 克，独头老蒜 1 个，千夫土（即行人经常踩踏过的泥土）1 小撮。上药为 1 次量，将 4 味粉末以蒜捣碎调和之，做成 2 个铜板样的圆饼，敷在肿起的内外膝眼上，敷后 24 小时即见起泡，肿随之消去，不要动水泡，1 周后肿消水泡也消。主治鹤膝风。

●酒糟 120 克，肥皂角 1 个（去子），芒硝、五味子、砂糖各 30 克，姜汁 50 克。将上药研成糊状，加少量烧酒外敷于患处。主治鹤膝风。

刺络（刺血）拔罐法

●①大椎、身柱、神道、至阳、筋缩、脾俞、肾俞、小肠俞、委中、阳陵泉、足三里、太溪、天宗、秩边。②阿是穴。③与病痛部位相应的耳穴。④督脉经两旁。①组穴用轻捻浅刺补法。天宗用“合谷刺”（古刺法名，五刺之一。是指针刺得较深，达于肌肉之间，然后提到浅层，再向左右或上下各斜刺1针，成“鸡爪”形的针刺方法），使针感向肩部放射；秩边用“输刺”（古刺法名，五刺之一，指直刺深入至骨，以治骨痹的方法），使针感向下肢放射，阿是穴为局部治疗，是对腕、踝、膝关节肿胀部位和络脉瘀结处用三棱针点刺出血，然后加拔火罐。手指关节屈伸不利者，用三棱针在四缝穴刺出粘液。③组穴每次取2～3穴，先用探针寻找压痛点，然后用王不留行籽压在穴位上，用橡皮膏固定。④组穴用叩刺拔罐法，沿督脉经两旁用皮肤针轻叩不出血，加拔火罐。每星期治疗2次，10次为1疗程，休息2周，再行第2疗程。主治类风湿性关节炎。

药罐法

●阿是穴。采用自制中药涂剂（白酒500毫升，内浸川乌、草乌、全当归、白芷、桂皮各15克，红花10克。24小时后去渣取酒，再加入10瓶河南商都制药厂生产的风油精，摇匀后装入500毫升输液瓶中密封备用）。以市售中号玻璃罐头瓶（罐口直径为7厘米，罐深为10厘米）代替传统火罐。治疗时，患者取卧位或坐位，暴露患病部位，以痛点为中心，用中药涂剂，涂成直径约10厘米的圆面，用闪火法拔罐，留置15分钟后取下。每日治疗1次，6次为1疗程。主治类风湿性关节炎，以及风湿性关节炎，颈椎病，肩周炎，腰扭伤，腰肌劳损，坐骨神经痛等引起的关节疼痛。轻者单用本法即可，重者配合内服药物共同治疗。

风湿性关节炎（痹症）

风湿性关节炎，中医称之为痹症，是风湿病的一种类型。症状常见为肢体、关节等处红肿、疼痛酸楚、重着或麻木及活动受限，并伴有发烧，下肢与关节部位常可见风湿结节等。多因风寒湿邪侵袭经脉、气血运行不畅所致。

治疗

西药

●急性期可选用青霉素、苄星青霉素、红霉素、洁霉素、螺旋霉素、先锋霉素等控制链球菌感染。抗风湿药物首选阿司匹林，另外，可选消炎痛、保太松、氯灭酸（抗风湿灵）、扑炎痛、平痛新、安乃近、布洛芬等。这些治疗无效者，可用强的松或强的松龙、氢化可的松龙、泼尼松、地塞米松等激素治疗，但应注意补钾，如口服氯化钾等。

中成药

●关节游走疼痛、屈伸不利、局部红肿，或有发热、恶寒者，可选用舒筋活络丸或追风膏外贴。肌肉或关节酸痛、屈伸不利、天气变化则发作、夜间疼痛加重、早上活动后减轻者，可选用风湿骨痛药、独活寄生丸、天麻丸和关节镇痛片。

验方

●鲜生姜 1000 克，红糖 500 克。将生姜捣烂如泥，红糖用水溶化，与姜泥调匀，用小火熬成膏，每天早、中、晚各服一汤匙。温阳散寒，活血祛瘀止痛。主治下部受寒，两腿疼痛之关节炎。

●五加皮 60 克，老母鸡 1 只。将老母鸡去头、足及内脏，洗净，二者加水炖熟。吃鸡饮汤。待症状减轻，隔 3～5 天再服 1 剂。温阳通络补虚。主治日久不愈之风湿性关节炎。

●苡仁、白藓皮各 100 克，生牛肉 250 克。取无筋膜之牛肉切大块与前二味药共炖，不加盐，肉烂即可。食肉饮汤，一日 3 次。祛风湿益气，健脾消肿。主治关节炎肿痛，日久不愈。

●花椒 60 克。将花椒入锅加水 600 毫升，煎至 200 毫升，用稀布盖上，放屋外高处露一夜，次晨取回，冷服，盖被取汗。温阳散寒，通络止痛。主治关节炎疼痛。

●芝麻叶 100 克。取新鲜芝麻叶洗净切碎水煎服，日 2 次，冬季无叶，可用芝麻杆水煎服。补血通络散寒。主治风寒湿痹。

●白桑椹 500 克，白酒 1000 毫升。将桑椹放入酒中浸 1 周，滤渣，每日早晚各服 15 毫升。滋阴补血，活血止痛。主治风湿性关节炎。

●白茄根、木防已根、筋骨草各 15 克。将三者入锅，加水 3 碗，煎至 1 碗，温服。l 日 2 次。祛风通络，散瘀消肿。主治风湿性关节痛、手足麻木。

●丝瓜络 150 克，白酒 500 毫升。将丝瓜络入白酒中浸泡 7 天，去渣饮酒，每次 1 盅，日服 2 次。活血通络止痛。主治关节炎疼痛。

●威灵仙 100 克，白酒 500 毫升。酒浸 3～7 日，晒干研为细末，炼蜜为丸，每丸重 8 克。每服 1 丸，l 日 2 次；或用粗米 15 克，水酒煎服。主治风湿性关节炎。

●墨鱼干（带骨）2 只，陈酒 250 毫升。共炖熟，食鱼喝汤，每日 2 次，连食数日。主治风湿性关节炎、心脏病、肝脏病及肾炎患者。

●拐枣 500 克，白酒适量。泡酒服。主治风湿性关节炎。

●乌梢蛇、眼镜蛇或蝮蛇 1 条。用酒浸泡 2 周后备用。每次饮 10～30 毫升，1 日 2 次。主治风湿性关节炎。

●川乌头 2 克，大米 30 克，姜汁 10 滴，蜂蜜适量。将川乌研为细末，先下米煮粥，水沸后加川乌末，改用文火慢煮，熟后加入姜汁、蜂蜜搅匀再煮片刻。早晚餐服食，5～7 天为一疗程。乌头有毒，不宜久服。主治风湿性关节炎。

●鲜狗骨若干，米酒适量。取狗四肢骨剔去筋肉，砸碎，装入罐中密封后置入烤箱（以 120 度为宜），烤酥，取出研为细末，装瓶备用。每服 12 克，睡前黄酒送服。主治风湿性关节炎。

●八角枫、白酒各适量。取八角枫干根洗净切细，放入白酒中，用量 1∶3 浸泡 20 天，隔日搅拌 1 次，密闭，去渣过滤，取其上清液即得。口服，每次 10 毫升，1 日 1～2 次。主治慢性风湿性关节炎。忌鱼；孕妇、小儿、年老体弱患者不宜服用。

●绿茶 3 克，细辛 4 克，炙甘草 10 克。后 2 味加水 400～500 毫升，煮沸 5 分钟，后加入绿茶即可，分 3 次饭后服，每日 1 剂。主治风湿性关节炎。

●山楂树根 30～60 克：将上药加水适量煎煮 30～40 分钟，滤汁饮汤。每日 1 次。活血通络。主治风湿性关节炎。

●老鼠尾（中草药）50 克，猪蹄 1 只，盐少许。将猪蹄去毛洗净中间劈开，与洗净的老鼠尾加水共煮炖，至肉烂即可，加少许盐调味，食肉饮汤。祛湿通络。主治风湿性关节炎。

针刺法

●毫针①行痹取风池、风门、膈俞、血海、风市等穴。②痛痹取肾俞、关元、大椎、阿是穴。③着痹取足三里、阴陵泉、三阴交、脾俞。④热痹取大椎、曲池、合谷、风他、三阴交。肩关节痛配肩贞、肩髃、肩内庭；肘关节痛配曲池、少海、手三里；腕关节痛加外关、阳溪、阳池；髋关节痛加巨骨、髀关；膝关节痛加梁丘、膝眼、阳陵泉；踝关节痛加解溪、丘墟。风邪偏胜、风湿化热用泻法，浅刺。湿邪偏胜、寒湿偏胜均用平补平泻法，深刺留针加灸。每次留针 30 分钟，隔日 1 次，10 次 1 疗程。

灸法

●阿是穴。将艾炷（底径 0.8 厘米，高约 10 厘米的圆锥体）置于患部点燃，待患者感到烫时，更换艾炷再灸，每穴 25～30 分钟。取穴多少按患部范围而定，一般每穴间相隔 3～4 厘米。每日 1 次，10 次 1 疗程。

辅助疗法

●动指：两手握拳与手指平伸交替进行，活动 10 分钟后，做掌中盘旋核桃或健身球的锻炼，左右交替各 10 分钟，每日 2 次。

●伸肘：站立，两腿分开与肩同宽，微屈膝，身体保持平衡，两手握拳，拳心向上，屈肘于体侧。双拳向前方打出，收回，然后再向两侧打出，收回。重复 10～20 次，每日 2 次。

●摆腿：立正站好，左手侧扶桌椅，摆动左腿，先后伸，再向前摆起，然后作髓关节内收、外展摆动后还原立正。右腿摆动如前法，摆动 20～50 次，交替进行。

●转颈：站立，颈向左旋，然后抬头。再向右旋，方法相同，各方向做 10～20 次。

●挺胸：站好，头正，胸部挺起，同时两臂外展后伸，挺胸时吸气，还

原时呼气，动作要慢，呼吸宜深长，重复 20～50 次。

●旋腰：两腿分开与肩同宽，微屈膝站稳，双手叉腰。身体先向左侧旋转，幅度渐增，右侧旋转方法相同，每次左右各旋转 10～20 次。

注意事项

在急性期，有发热及关节肿痛时，应卧床休息，并注意改变姿势，直至症状消失。急性期过后，不必卧床，在疼痛能忍耐的情况下，争取关节活动，加强锻炼，如穿脱衣服、收拾床铺、上下楼梯、散步、编织、种植花草等，以防关节强直或废用。注意局部保暖，保持居室干燥，阳光充足。

失眠

失眠又称“不寐”、“不得眠”、“目不瞑”等，是常见的神经衰弱症状，以脑力劳动者为多见。主要表现为不易入睡，彻夜不眠，或入睡时间短，寐而易醒，或睡不深熟，夜梦不断。

治疗

验方

●鸡蛋黄4个，阿胶40克，米酒（或黄酒）500毫升，盐适量。酒置文火上煮沸，入阿胶，化开后加入蛋黄、盐搅匀，再煮沸，冷却后贮入净器中。每日早晚各1次，每次随量饮服。主治失眠。

●花生叶15克，赤小豆30克，蜂蜜20～50克。水煎去渣，睡前服。主治失眠。

●五味子250克，蜂蜜适量。五味子水煎去渣浓缩，加蜂蜜适量，贮入瓶中。每服20毫升，每日2～3次。主治心肾不交所致失眠。

●米醋1匙。加入冷开水1杯，睡前服。主治失眠。

●鲜百台60克，生熟枣仁各15克，洋粉5克。将鲜百合在清水中浸泡24小时，加入枣仁煮至百合熟，过滤留汁300毫升，加入洋粉，再烧开至洋粉溶化并搅匀，倒入碗中，自然冷却，形成粉冻。切块加糖食用。每日1次。滋阴养心。主治失眠。

●阿胶10克，白酒40克，鸡蛋1枚。将阿胶放入小碗中，加入白酒上锅隔水炖至阿胶溶化，趁热打入鸡蛋一个再蒸至蛋熟。一次顿服。日2次。连用7日。养阴安神。主治失眠、健忘症。

●柏子仁10克，猪心1个。先将猪心用清水洗净血污，再把洗净的柏子仁放入猪心内，二者放入瓷碗中加少量水上锅隔水蒸煮至肉熟。加食盐调味，日分2次食完。安神养心。主治失眠症。

●生地10克，麦冬6克，五味子7粒。上药煎汤20～30分钟，取汁代茶饮，日2～3次，每日1剂，滋阴降火。主治失眠。

●五味子50克（洗净），60度白酒500毫升。装瓶密封，每日振摇1次，半月后开始饮用。每日3次，每次5毫升，领后服用，也可佐餐。主治失眠。

●桂圆肉200克，60度白酒400毫升。装瓶内密封，每日振动1次，半月后饮用。每日2次，每次10～20毫升。主治失眠、健忘。

●蚕蛹100克，米酒500毫升。浸泡1月后饮用，每次饮2匙，每日2次。主治失眠。

●丹参30克，白酒1000毫升。丹参浸入酒内3～5日，每次服10毫升，每晚1次。主治失眠。

●冬虫夏草15～30克，白酒500毫升。泡7天后服，每次服10～20毫升，每日2～3次。主治失眠。

●酸枣仁15克，白米50克。将酸枣仁洗净与白米共熬成粥，每晚于临睡前食下。养心安神，健脑镇静。主治烦躁、失眠。

●莲子心30个。将莲子心水煎，食前加盐少许，每晚睡前服。养心情心安神。主治失眠。

●麦仁30克，大枣15枚，甘草15克。将小麦去皮，三者入锅，加水3碗，煎至1碗，睡前一次服完。养血镇静安神。主治失眠。

敷贴法

●吴茱萸 9 克，米醋适量。吴茱萸研成细末，米醋调成糊，敷于两足涌泉穴，盖以纱布，胶布固定。主治失眠。

●珍珠层粉、丹参、粉硫磺、粉冰片各等量。取上药适量纳入脐，与脐平，胶布固定。5～7 天换敷 1 次。主治失眠。

●吴茱萸、肉桂各等份。取上药各等份研末，密装备用。临睡前取药粉 10 克，调酒炒热敷于两侧涌泉穴，也可用其 5 克调蜂蜜为软膏，贴敷于一侧神门、三阴交，每天换药 1 次，左右两侧穴位交替使用。主治失眠。

●丹参、远志、石菖蒲、硫黄各 20 克。上方共研细末，装瓶备用。用时取药末适量加白酒调成膏状，贴于脐中，再以棉花填至与脐平齐，用胶布固定，每晚换药 1 次。主治失眠。

●珍珠层粉、丹参粉、硫黄粉各等量。上方混合备用。用时每次取药粉 0.25 克，填于脐中，外贴胶布，每天换药 1 次，连用 3～5 天为 1 疗程。主治失眠。一般用药 2 周即好转。

针刺法

●毫针心脾两虚取心俞、脾俞、隐白、三阴交、神门、百会、中院。心肾不交取心俞、肾俞、太溪、复溜、三阴交、神门、安眠穴。肝阳扰动取太冲、行间、阳陵泉、大陵、肝俞、胆俞、期门、神门。痰火扰心取中脘、足三里、天枢、丰隆、间使、神门。胃气不和取足三里、中脘，梁门、内庭、内关、神门，心脾两虚施补法或加灸，心肾不交用补法，肝阳扰动、痰火扰心用泻法，胃气不和施平补平泻法。每次留针 30 分钟，隔日 1 次，10 次 1 疗程。

●梅化针心脾两虚型取胸椎 5～12 两侧、腰、骰部、小腿内侧、阳性物处、足三里、中脘、内关、神门。失眠严重者重点叩打颈部、骶部、内关、三阴交。兼头痛头晕者重点叩打风池、太阳、头部；胃脘不适，腹胀便溏者重点叩打胸椎 5～12 两侧、上腹部、中脘、足三里。心肾不交型取腰部、骶部、胸椎 5～10 两侧、颈部、阳性物处、大椎、百会、神门、三阴交。伴遗精、阳痿者重点叩打腰部、骶部、腹股沟、小腿内侧。在穴位表面 0.5～1.5 厘米直径范围内均匀叩打 20～50 下；脊椎 2 侧由上而下各叩打 3 行，第 1 行距脊柱 1 厘米，第 2 行距脊椎 2 厘米，第 3 行距脊柱 3～4 厘米；头部呈网状形叩打若干行；上腹部自上而下叩打 8～9 行，横刺 4～5 行，剑突下密刺数针；腹股沟从外向内下方叩打 2～3 行，小腿内侧叩打 3～4 行。隔日 1 次，15 次 1 疗程，休息半月行施下一疗程。以腕力弹刺。叩击力量以中等度为宜。

气功疗法

●小周天安眠法：仰卧床上，头、躯体腿自然放平，两手互搭，手心向下，放于丹田上。由鼻深吸一口气，似先用气充满全身，而后再把气缓缓呼出。随着呼气，意念从头自脚渐渐的松静下来，如浮于云雾之中，身体似有似无。再吸气时意念由丹田绕会阴沿督脉上行，直至头顶。呼气时意念由头顶沿任脉下行归入腹内丹田。如此往复，直至入睡。

●三层安眠法：如有人觉得按规定的方法呼吸或作手势有所拘束，可采用本法。姿势同前，手势随意，呼吸自然。全身放松后，意念先队头顶沿着身躯前面缓缓下降，至脚尖为止；接着意念从头顶沿着身躯的后背面缓缓下降，到脚跟为止：再接着意念从头顶沿着身躯中间缓缓下降，到脚心为止。如此往复，直至入睡。

●按摩穴位安眠法：如用上两法难以入静，不习惯于意念导气，可改用本法。姿势同前，两手心相合，五指交叉，握置于丹田上，先用左手大拇指压迫按摩右手睡眠穴，默数 1～120；再换手用右手大拇指压迫左手睡眠穴，默数 1～120。如此往复 2～3 遍，便可入睡。

辅助疗法

●掐揉三阴交穴：用两拇指指端按压在两侧三阴交穴上，先掐后揉 2 分钟，以局部有酸胀感为宜。

●掐揉神门穴：用两拇指端交替掐揉对侧的神门穴各 1 分钟。

●旋摩全腹：仰卧，两手掌分别置于上下腹部，两手交替作顺时针环形摩动 2 分钟。

●按揉百会、风池穴：用拇指在百会穴上进行揉按 1 分钟，然后两拇指按揉风池穴 1 分钟，最后用屈曲的食指挠侧在眉棱、前额各抹 10 次。

注意事项

失眠患者应注意精神调摄，解除烦恼，避免情绪紧张、疑虑。睡前吃少量的高蛋白食物，忌喝浓茶、咖啡。建立有规律的睡眠习惯，按时就寝，日间不睡眠。睡前避免刺激性活动，不阅读引起兴奋的书籍，不看激动的电视节目。每天进行适当的体育活动和锻炼。睡前可洗温水浴，衬衣、短裤应单薄、柔软，睡姿一般以右侧卧位为好。

尿崩症（尿频）

尿崩症为下丘脑和垂体后叶抗利尿激素分泌不足而致。本病起病多突然，以心烦口渴、多饮多尿、食欲低下、体重减轻、尿糖阴性为特征。症状为单纯性小便次数增多，每天超过十次，小便排出通畅，不伴尿急、尿痛。

治疗

验方

●火麻仁 15 克，杏仁 9 克，生白芍 9 克，生大黄 6 克，枳壳 5 克，厚朴 5 克，覆盆子 15 克，桑螵蛸 12 克。将上药水煎，每日一剂，分两次服。主治尿频。

●韭菜籽 6 克，水、酒各半。韭菜籽研末，水酒各半调服，小儿酌减。主治尿频。

●蛤蚧 2 只（去头、足、鳞），黄酒 500 毫升。浸泡 7 日后服，每次 1～2 汤匙，每日 2 次。主治尿频。外感风寒咳喘忌服。

●胡桃核数只，米酒 30 毫升。胡桃核煨熟，打碎外壳，取仁 30 克，晚睡前用温米酒送服，连服 5 晚。主治肾虚尿多。

●鸡肠 1～2 条，黄酒或米酒适量。鸡肠洗净切段，油炒将熟，加入黄酒 1 汤匙及少许盐食用。主治尿频，夜尿多。

●补骨脂（酒蒸）、茴香（盐炒）各 300 克。上药共研细末，酒糊为丸，丸为梧桐子大，一次 1 粒，每日 3 次。主治尿崩症。

●黄芪 30 克，升麻 6 克，葛根 20 克，天花粉 15 克，桑螵蛸 15 克，煅牡蛎 30 克，五味子 12 克，炒白术 10 克，陈皮 6 克，甘草 6 克。水煎服，每日一剂，分二次服，主治尿崩症。

●黄芩 15 克，知母 10 克，芦根 40 克，麦冬 15 克，花粉 20 克，沙参 20 克，竹叶 10 克，葛恨 15 克，乌梅 10 克。水煎服，每日 1 剂，分二次服。主治尿崩症。

●梨子 2～3 个。生吃，每次 2～3 个，每日 2 次。主治尿崩症。

●制首乌、黑芝麻、红枣各 120 克，山药 60 克，黑毛小母鸡 1 只。将鸡去毛和内脏，和诸药入砂锅以文火炖 8～12 小时，分多次服，2～3 天服完，每周一剂。主治尿崩症。

敷贴法

●丁香、肉桂各等份。上药焙干，共研细末，过筛，黄酒或水调成膏，纱布包裹神阙穴，外用胶布固定。寒甚者，丁香、肉桂比例改为 1∶3。每日 1 次，5 次为 1 疗程。主治尿频。

●白芥子 10 克，肉桂、细辛各 8 克，冰片 12 克，鲜葱、鲜姜、大蒜各适量。前 4 味药共研为细末，将葱、姜、蒜捣烂，与之混合成膏.用时取一小团放于膀胱俞、肾俞、三阴交、涌泉（均双）穴上，覆以纱布，胶布固定。6～8 小时取下，局部热痒可缩短时间。每日或隔日 1 次，l 周为 1 疗程。主治尿频。

糖尿病

糖尿病主要由于人体内胰岛素缺乏而引起的糖代谢紊乱所致。中医称为消渴。主要症状为血糖升高、尿糖阳性和“三多一少”，即多食、多饮、多尿，吸收少。本病容易并发动脉硬化、肺结核、白内障、皮肤感染等疾病。

治疗

西药

●常可选用 D860（甲磺丁脲）、氯磺丙脲、优降糖和达美康等磺脲类药物，或降糖灵（DBI）、降糖片（DMBG）等双胍类药物，两类药物间可同时合用，但同一类药物不可合用。胰岛素则主要用于重型糖尿病或用于出现了并发症或兼有外科疾病而急需手术者。普通胰岛素用量计算：

$$\text{胰岛素（单位）}=\frac{[\text{病人血糖}(\text{毫克})-100]\times 10\times 0.6\times \text{体重}(\text{千克})}{1000\times 2}$$

先给 1/3～1/2 试量，后再给全量，或依据尿糖每个“＋”用 4 个单位，以后根据前一天的尿糖量及有无低血糖反应调整胰岛素的用量。

中成药

●多饮、多食、易饥、小便量多、色黄、大便干者，可选用玉泉丸或消渴丸。口喝多饮、小便频数、头晕腰酸者，可服六味地黄丸。

验方

●牛劳根、草适量。将上药（鲜品）洗净后加水煎煮，待根块熟后，可饮汤也可同时食牛蒡。日 2 次，可常服。清热消肿。主治糖尿病。

●蚕蛹 20 枚。将蚕蛹洗净后用植物油翻炒至熟，也可将蚕蛹加水煎煮至熟。炒的可直接食用，煮的可饮用药汁。日一次，可连用数日。调节糖代谢。主治糖尿病或合并高血压病。

●鲜菠菜根 250 克，鸡内金 10 克，大米 50 克。先将菠菜根洗净，切碎，鸡内金碾碎，二药加水煎煮 30 分钟，然后下洗好的大米，煮作烂粥。每日 2 次，连菜带粥共服食。功效止渴润燥养胃。主治糖尿病。

●山药 25 克，黄连 10 克。上药水煎，共 2 次，将 1、2 煎混匀，分早晚两次服用，每日一剂，连用 10 日。清热法湿，补益脾胃。主治糖尿病口渴、尿多、善饥。

●干生姜末 50 克，鲫鱼胆汁 3 个。把姜末放入碗中，刺破鱼胆，将胆汁与姜末调匀，做成如梧桐子大小的药丸。每服 5～6 丸，日一次，米饭送下。清热平肝，燥湿和中。主治消渴病。

●黑木耳、扁豆各等份。二者晒干，共研成细末，每次服 9 克，日二次，白开水送服。连服一周。益气清热法湿。主治糖尿病，多尿多饮症。

●鲜玉竹不拘多少，粳米适量。将鲜玉竹洗净切碎，加粳米煮成药粥，可常食用之。养阴生津止渴。主治糖尿病。

●鲜苦瓜 60 克。将苦瓜剖开去籽，洗净切丝，加油盐炒，当菜吃，每日 2 次，可经常食用，清热生津。主治因糖尿病引起的口干烦渴，小便频数。

●西瓜皮 15 克，冬瓜皮 15 克，天花粉 12 克。上药水煎，每日一剂，分两次服用，可连服十二天。清热养阴润燥。主治口渴多饮，便干之糖尿病。

●鲜菠菜 200 克，银耳 15 克。将菠菜洗净切碎，银耳水发去根，掰成小朵。先加水煮银耳，五分钟后加入菠菜，至银耳软烂为度。可加些精盐调味即可。每日一剂，可在就餐时食用，连用数日。滋阴润肺，益胃生津。主治

糖尿病口渴多饮。

●野慈菇适量。于秋天采集块根，晒干。每次取 2～8 克加水 200 毫升煎 15～20 分钟，饮汤。每日 2～3 次。清热解毒。主治糖尿病。

●生姜 120 克，煤干 240 克。生姜捣烂，煤干研成细末，混合拌匀后加水适量，澄清，每次 100 毫升，每日 3 次服。主治消渴引饮。

●干姜 60 克，鲫鱼胆适量。干姜研为细末，以鲫鱼胆汁调和为丸，如梧桐子大小，每服 7 粒，米汤送下，每日 3 次。主治消渴引饮。

●鲜葱头适量。葱头洗净切碎，开水泡后，加适量酱油调味，当菜下饭。主治糖尿病。

●生鸡蛋 5 个（打散），醋 500 毫升，蜂蜜 250 毫升。生鸡蛋与醋 150 毫升混合，泡约 36 小时，再用醋、蜜各 250 毫升与之混合，和匀后服，早晚各服 15 毫升。主治糖尿病。

●干猪尿泡 10 只，黄酒适量。剪破去蒂，烧存性为末，每次温酒眼 3 克。主治糖尿病。

●大田螺 10～20 只，黄酒 100 毫升。田螺养于清水盆中，漂去泥沙，取出螺肉加黄酒 100 毫升拌和，再以清水炖熟饮汤，每日 1 次。主治糖尿病。

气功疗法

●侧卧式：取侧卧位，左右侧皆可，头略向胸收，平稳枕于枕上；两目半闭半开，微露一线之光，目观鼻准（但不要吃力）；耳如不闻，口自然闭合，用鼻呼吸。上面的手自然伸出，掌心向下，放于髓关节部；面前的手放干枕上，掌面向上，自然伸开，距头约有 6～10 厘米，腰部略向前曲，上面的腿弯曲成 120°的角，放在下面的腿上，下面的腿自然伸出，微呈弯曲。姿势摆好后可意守丹田，进行呼吸法。

●仰卧式：要仰卧于床上，头部放端正，位置较身体略高，枕头的高低以个人习惯而定，以使头部舒适为度。全身肌肉不要紧张，保持呼吸道通畅，两腿自然平伸，脚尖向上，两手自然放于身体两侧，眼、耳、口、鼻的动作与侧卧式相同；然后开始意守丹田和呼吸法。

●坐式：身体端正稳坐于凳上，姿势固定后不要摆动，头略向前低，躯干与两大腿呈 90°角，两腿自然左右分开，其宽度与两肩宽度相等，并各自弯曲成 90°角，两足平放于地上不要蹬空，两手掌向下，各自放于膝盖上方的大腿上；肘关节自然弯曲，以舒适为宜，上身不要向后仰，不要耸肩挺胸，要垂肩含胸；眼、耳、口、鼻的动作和侧卧式相同；然后开始意守丹田，施行呼吸法。

●呼吸法：口唇自然闭台，以鼻呼吸，在开始时，先自然呼吸 1～2 分钟，然后再进行如下呼吸法。吸气时，舌头抬起顶上腭，将气吸入丹田后要停闭一会（停闭时间长短以个人肺活量而定），这时舌头顶上腭不动，呼气时，舌头同时放下。这样周而复始地进行呼吸，一边默念字句，最初一般是三字一句，如“津满口”。当默念第一个字“津”的时候吸气，同时舌抵上胯，默念第二个字“满”的时候，呈停闭气状态，（即不呼不吸）舌抵上腭不动，默念最后的一个字的时候，舌放下将气呼出。随着功夫的加深，肺活量的增大，可默念 4 个字或 5 个字，但一般不要超过 7 个字。如“津液满口”、“津液满口润”、“津液满口润肺”等。待津液满口时，以舌搅口，将津液分 3 次缓缓下咽至丹田。

注意事项

控制饮食是一项基本措施，主要减少碳水化合物进量，增加蛋白质、脂肪进量，禁食辛辣刺激性食品。注意劳逸结合，避免精神紧张，适当参加体力劳动或体育锻炼，肥胖者更应增加运动量，生活有规律，及时调节衣服，适应气候的冷热变化，预防感冒发生。卧床者应勤翻身，轻擦洗，保持皮肤清洁，防止发生褥疮。在感染、吐泻、进食过量、停药时，应警惕酮症酸中毒的发生，若糖尿病症状加重，并出现恶心、呕吐、腹痛、头痛、嗜睡时，应立即送往医院诊治。

单纯性甲状腺肿

单纯性甲状腺肿是指甲状腺肿大，而无甲状腺机能亢进的病象，中医称为气瘦、瘿瘤，是由于缺碘引起的代偿性甲状腺肿大，俗称大脖子病，本病除缺碘之外，因情志不畅，忧怒不节。产后肾气亏虚，外邪乘虚侵入也可造成。症状主要为颈部粗大，声音嘶哑，呼吸、吞咽困难。

治疗

验方

●鹿靥（切细）1 具，白酒一大碗，上药入净瓶浸渍，取上清液，每取少许含咽，味尽更易，十具乃愈。主治气瘿。

●黄药子 100 克，酒 1000 毫升。黄药子切片浸酒数天，澄清取上清液，每饭后饮适量。主治瘿瘤。

●茶叶 5 克，干荔枝 5 只，杏仁 10 克。水煎加糖代茶，连服 10～15 天。主治甲状腺肿或甲状腺瘤。

●海藻、海带各 50 克。洗净烘干，共研细末，每次服 10 克，每日 1 次，用酒送服。主治甲状腺肿大。

●紫菜 90 克，黄药子 60 克，高粱酒 500 毫升，浸 10 天，每日 2 次，每日服酒 15 毫升。主治甲状腺肿大。

●牡蛎肉 100 克，海带 50 克。二者加水煮熟，分二次服食。主治甲状腺肿大。

●青柿子 1000 克，蜂蜜适量。将柿子洗净，去蒂切碎捣烂，以纱布挤压取汁，将柿子汁放于锅内煮沸，改用文火炼为稠膏，加蜂蜜一倍搅匀，煎成稠膏，停火待冷，装瓶备用，每次 1 汤匙，以沸水冲服，每日二次。清热消肿。主治地方性甲状腺肿，亦治甲状腺功能亢进。

●猪靥 7 枚，将猪靥洗净加酒 10 克水煎，入水瓶中露一夜取出，炙食，二服见效。主治甲状腺肿大。

●玄参、昆布、海藻、海浮石、海蛤壳、贝母、三棱、莪术、天花粉各 12 克，生牡蛎、夏枯草各 24 克，半边莲 9 克。水煎服，一日一剂，分二次服。连服 10 天～3 个月。主治单纯性甲状腺肿。

●胖大海一个，核桃仁 10 克，大枣（去核）3～5 枚，蜂蜜适量。先将胖大海用水浸泡后去核，与核桃、大枣混合捣烂，加入蜂蜜。每天早上空腹服一汤匙，连服 2～3 月。主治单纯性甲状腺肿。

●贝母、煅牡蛎、广郁金、海藻各 50 克。上药焙干研末，每日服二次，每次 3 克，黄酒送服。主治单纯性甲状腺肿。

●鹿角霜、当归各 150 克，贝母、陈皮、莪术各 15 克。每日一剂水煎服，早晚分服。主治单纯性甲状腺肿。

●酒炒黄药子 15 克，海藻 12 克，昆布 10 克，贝母 10 克，夏枯草 10 克，煅牡蛎 30 克，浮海石 30 克，青皮 6 克，陈皮 6 克。每日一剂水煎服，

分二次服。主治单纯性甲状腺肿。

●海带 250 克，醋 100 毫升。煮汤食，隔天 1 次，可常服。主治颈部疾病。

甲状腺功能亢进

甲状腺功能亢进即甲亢，是由于甲状腺分泌过多的甲状腺激素引起的代谢率增高的一种疾病。甲状腺肿大，可随吞咽动作上下移动，多食易饥，怕热多汗，心跳加快，易激动、紧张、失眠、眼球突出、眼裂加宽，两手平伸张开手指时有震颤，男性有阳萎，女性有闭经等症状。

治疗

西药

●常选用甲亢平、他巴唑、中基硫氧嘧啶、丙基硫氧嘧啶；对有精神紧张伴失眠者，可选用安定或利眠宁；心慌者，可服用心得安；心率加快，血压升高者，可选用利血平、胍乙啶等。另外，要补充适量的维生素，如维生素 B2、复合维生素 B、维生素 C 等。服上述抗甲状腺药物后，若甲状腺继续增大，或伴有自身免疫性甲状腺炎患者，宜并用甲状腺激素，常可选用甲状腺素干制剂、左旋甲状腺素、三碘甲状腺原氨酸等。

中成药

●甲亢病人全身症状明显者，可选用消瘿五海丸或黄药子。甲亢患者有寒热烦闷、胁痛头晕、妇女月经失调者，可用养血舒肝丸。

验方

●半夏 15 克，茯苓 12 克，陈皮 10 克，胆草 12 克，昆布 15 克，海藻 15 克，白芥子 3 克，生甘草 6 克。水煎服，一日一剂，分二次服。30 天为一疗程。主治甲亢。

●柴胡 10 克，条芩 15 克，法夏 15 克，龙骨 30 克，牡蛎 30 克，生石膏 30 克，生铁落 15 克，葛根 20 克，钩藤 15 克，僵蚕 10 克，朱砂 3 克，甘草 5 克，大黄 6 克。每日 1 剂，水煎服，主治甲亢。

●党参 25 克，远志 25 克，柏子仁 5 克，龙胆草 15 克，荷叶 15 克，葛根 15 克，王不留行 15 克，桑皮 15 克，沙参 15 克，车前子 10 克，菊花 50 克。每日 1 剂，水煎服。主治甲亢。

●生牡蛎、海蛤粉各 30 克，昆布、海藻各 15 克，夏枯草、贝母、藿香、白芷各 9 克，当归 6 克，川芎、桂枝各 4.5 克。上药先后煎二次，将二次药液混合后服，每日一剂。主治甲亢。

●沙参、天冬、麦冬、生地、花粉、昆布、海藻各 15 克，五倍子、大贝各 10 克。水煎服，每日一剂。主治甲亢。

●当归 9 克，生地黄 15 克，玄参 12 克，黄连 6 克，黄芩 9 克，黄柏 6 克，黄芪 15 克，浙贝母 9 克，生牡蛎 30 克，酸枣仁 15 克，浮小麦 30 克。水煎服，一日一剂。服 1～3 个月，症状消失后，可用上药数倍制作药丸，每日 18 克，分 2～3 次服，以巩固疗效。主治甲亢。

气功疗法

●预备式：自然站立，两腿开立与肩同宽，两臂轻垂干体侧，呼吸自然缓慢，全身放松，头正颈直，目光内敛，神态安祥，面含微笑，意念自己风华正茂时的形象。

●起势：接预备式后，将两腿并齐，脚踝相靠，两膝内侧紧贴，两腿并齐；然后两手五指并拢，掌心向下，由两侧屈臂向身，前提起；同时，两腿举跪，直腿，扬臂（臂部向后翘），收腹，挺胸，伸颈，头微抬；两手提起到胸前与肩平时，两手十宣穴相对（掌心仍向下），大拇指触及灵墟穴位（在

第 2 与第 3 肋骨之间），这时全身重心落在前脚掌（涌泉穴）上。

●蟾蜍前势：蟾蜍上行。紧接起势的全身上跃后，缓缓屈膝下蹲，身体重心开始下降；同时，两手向前向外划一小圆弧而回复原位，类似一个蛙泳动作，手指自然微曲，手臂保持弧形；继续屈膝下蹲，并腿夹裆，身体重心下落到两脚掌，同时，双手走弧线向两侧伸展至手臂伸直。在整个下蹲过程中，逐渐缩颈、耸肩。蟾泳上行。由前势的蹲势缓缓上起，下肢仍并腿夹裆，身体重心开始上升；两臂里收成弧形置于胸前，手指自然微屈，头颈和肩部渐渐放松；全身重心继续上升，两腿举蹲，直腿，扬臂，收腹，挺胸，伸颈，头微抬，肩部继续放松，手臂继续屈时上抬，抬至与肩平，掌心向下，五指并拢伸直，大拇指触及灵墟穴位。

蟾泳一下一上为 1 次，连续做 8 次。

●蟾蜍后势：蟾泳下行。接前势的上行，缓缓屈膝下蹲，仍并腿夹裆，身体重心开始下降；同时，含胸，弓腰，两手（掌心向下）沿胸向后缓缓拉开，手指自然微曲；继续屈膝下蹲，并腿夹裆，身体重心下落到两脚掌，同时，双手尽量向身后两侧伸展至手臂直，手指也随之渐渐伸直。在整个过程中逐渐缩颈耸肩。蟾泳上行。紧接下行的蹲势，并腿缓缓上起，同时两手臂向正前方划圆弧，手指自然微曲，头颈和肩部渐渐放松；全身重心继续上升，两腿举踵，直腿，扬臂，收腹，挺胸，伸颈，头微抬，肩部继续放松，手臂成弧形回置胸前后，继续屈时上抬至与肩平，掌心向下，五指并拢伸直，大拇指触及灵墟穴位。蟾蜍后势也连做 8 次，然后收功。

收势：当蟾泳后势做完最后一次上行时，身体重心下降，两脚跟缓缓放下，脚尖自然分开，同时双手在胸前十指相对并徐徐下按，至下丹田前分开垂手体侧。本功每日练 2～4 次为宜。

辅助疗法

●龟服气：坐于椅上，两腿分开，自然缓慢地呼吸 3～5 次，在末次呼吸将完时，上体缓缓前俯，头部低于两膝，将肺中的余气呼尽。然后头象构水似的引颈前伸，同时缓缓吸气，恢复坐姿时，气恰发吸满，如此 9 次。

●熊迈步：先迈左腿，要全脚掌重重落地；同时左手向后叩命门穴，右手向左前方甩出平眼高，头向右转 45°，双眼平视。再迈右腿，动作左右互换，如此走 81 步。

注意事项

保持心情稳定平衡，戒急躁恼怒，多参加文娱活动，注意休息，防止感冒，尽量减少性生活。积极参加适当的体育锻炼，提高身体素质，可早起散步或跑步、打太极拳等。饮食宜高热量、高糖类、高蛋白、富含 B 族维生素和钙、钾的食物。注意观察甲状腺的形状及颈围的变化，并定期检查肿块硬度及活动变化。

心律失常

心律失常包括激动起源点失常、激动传导失常和起源点与传导均失常三大类。常见的心律失常有窦性心动过速、窦性心动过缓、窦性心律不齐、早搏、阵发性心动过速、心房扑动、心房颤动、心脏传导失常等。本病可发生于器质性心脏病患者，也可由于精神因素或生理因素影响。常见于某些感染，药物中毒、代谢障碍及电解质紊乱等。症状为心慌、胸闷，心前区不适，自觉心律不齐，心脏跳动增强，心动有间歇感，恶重的发作频繁或连续发生时，可伴有心前区疼痛。

治疗

验方

●鸡腿肉 150 克，人参 15 克，麦冬 25 克。将鸡腿肉去皮洗净、切块，加入适量的冷水，文火烧开后偎 10 分钟，再下洗净的中药，直炖到肉烂为止。出锅时可加入少许盐、味精调味。吃肉饮汤，可经常服食。益气养血强心。主治心肌梗塞患者引起的面色苍白、极度衰弱症。有复苏，抗应激、抗休克作用。

●取幼嫩松叶，洗净后用乳钵研磨，加适量水搅拌后，用纱布过滤，饮其生汁，每日三次，空腹饮用。主治急性心肌梗塞。

●鸡蛋 100 个。将鲜蛋放入锅内加水煮熟，冷却后去皮取出蛋黄，放入砂锅内，碾碎以文火煎熬出蛋黄油约 500 克，每次服一茶匙，日二次，可连续服用。养心安神。主治心律不齐。

●仙人掌取其茎部，切片晾干。每次取 2～4 片水煎 20～30 分钟，去渣饮汁，每日 3 次。主治心脏病、心衰。

●玉竹 15 克，鹧鸪 1 只。鹧鸪洗净去毛及内脏，加玉竹及少许食盐隔水炖熟服用。隔日 1 次，连服 2～3 次。养阳益气。主治风湿性心脏病。

●干蟾酥 6 克。把干蟾酥研磨成极细粉末，饭后用冷开水送下。每日 2～3 次。开窍醒神。主治心脏病引起的心力衰竭。

●芦荟叶 1.3 克，苹果 1 个。将苹果洗净，去核去皮，与芦荟叶一同捣烂，用纱布绞汁。加白糖调匀后服食。每日一次，连用 2～3 次。清热通便。主治心脏病引之的胸闷便干症。

●鲜泽漆茎叶适量，鸡蛋 1～2 枚。先将泽漆茎叶洗净，加水适量煎煮 20 分钟左右，去渣留汁。用煎汁煮鸡蛋，蛋熟后去壳，在蛋上刺几个小孔，再煮数分钟即可，吃蛋服汤。日 1 次。逐水退肿，祛痰平喘。主治肺源性心脏病。

●生地 18 克，炙甘草、党参各 15 克，桂枝、麦冬、石菖蒲、黑芝麻、五味子、生姜各 10 克，大枣 5 枚。水煎服，每日一剂。主治心律失常。

●苦参 9～30 克，姜半夏、茵陈各 9 克，瓜篓皮 9～15 克，虎杖 9～15 克，丹参 9～30 克，炙黄蔑 9～30 克，常山 3～12 克，炙甘草 9～30 克。每剂两煎，兑匀分二次服。凡早搏每分钟 10 次以上者，日服两剂；6～10 次者，日服一剂半；5 次以下者，日服一剂，直至早搏消失。服药期间，停用其它方法和药物。方中常山、苦参要从小剂量开始，逐渐递增。主治心律失常。

●炙甘草 15 克，苦参 20 克，五味子 20 克，水煎服，每日一剂。主治心律失常。

针刺法

●灸法心俞、内关、神门、巨厥等穴。每天 1～2 次，每穴艾卷悬灸 10～15 分钟，10 次 1 疗程。

●耳针心、神门、皮质下、脑点、交感、内分泌等穴。每次取 4～5 穴。中等刺激。留针 30～60 分钟。每天 1 次，两耳交替。10 次 1 疗程。

●三棱针心俞、神门、足三里、三阴交等穴。用三棱针常规点刺出血，每次取 2～3 穴，隔日 1 次，7 次 1 疗程。

●电针胸椎 1～4 棘突空隙中间，背正中线旁开 8 分处，共 4 对，每穴选上下交替 1～2 对，轮换使用。针体倾斜 15°～30°向脊柱刺入，深约 0.5～2 寸，稍退针以不刺入横突间隙为安全。捻针得气后接电针机，电流强度以病人能耐受为度，通电 15～20 分钟。每日 1 次，10 次 1 疗程，疗程间隔 3～4 日。

●指针内关穴。用手指持续按压，直至心悸消失。针灸治疗心悸疗效显著，不仅能控制症状，且对疾病本身也有调整和治疗作用。但对较重的心脏病而并发心悸的一般预后较差，需高度注意。在器质性心脏病出现心衰倾向时，则应针对病情之轻重缓急，及时采用综合治疗措施。

气功疗法

●静坐法：正身端坐，意守丹田，右足踏地，左小腿搁在右腿上，两手置于腹前，两小指相钩，其余四指抱拳，行自然腹式呼吸。每次练 15～30 分钟。此法可以起到调整中枢和植物神经的作用，有调整心律，改善循环系统的功能。

●调率法：正身站立，两手下垂，意守丹田，行自然腹式呼吸。心动过缓或传导阻滞者可采取加强吸气的呼吸法，即吸气与，呼气的时间比例从 3∶2 逐渐变到 2∶1；心动过速者可采取加强吸气的呼吸方法，即吸气时头微抬高 15°，腹壁外凸，呼气时头微低下 15°，腹壁内凹，吸气与呼气时间比例从 3∶2 逐渐变为 1∶2。

●平血功：两足平立同肩宽，意守丹田，两臂侧平举，掌心向前上方倾斜。吸气时左臂下降，右臂相应抬高，身体自然左旋；呼气时左臂抬起，右臂相应下降，身体自然右旋，做 32 息。此法可改善血液循环动力，促进血液循环，对兼有高血压的患者更有良好作用。

●扩胸功：两足分立同肩宽，双臂平举，肘关节弯屈在胸前交叉，掌心向下，左手在上，右手在下，五指自然分开，中指微用劲，自然呼吸，肘关节逐渐向后伸直拉开扩胸，足跟稍稍提起，而后还原，行 32 次。对心律不齐而胸闷者有良好疗效。

辅助疗法

●按胸胁：右手贴于左胸前，左手按在左腰部位，而后自上向下，反复按摩，再换另一侧，左右各 9 次。

●按命门：命门穴位于脐正对背部，两肾中间。按摩时，用大拇指跨在腰部前方，四指尖贴在后背，呈反叉腰式，而后上下用微力按摩，约 18～36 次。

●叩内关：内关穴位于掌后两筋间。两手相对，三只指尖扣在腕骨三个穴眼上，来回叩动约 100 次。

●摩劳宫，擦涌泉：以两手劳宫穴左右交替按摩涌泉穴 100 次。

冠心病

冠心病即冠状动脉粥样硬化所致的心肌缺血性疾病。表现为心绞痛和心肌梗塞。常见因素有高血压、高血脂，肥胖、吸烟、遗传、饮食不当等。症状为阵发性的前胸压榨性疼痛。常发生于劳累或情绪激动时。

治疗

西药

●降血脂药：可选用安妥明、烟酸肌醇脂、去脂舒、心脉宁、脉康、降脂平、益肝宁、康力龙、羟次甲氢龙等。频发心绞痛者可选用二硝酸异山梨醇酯、长效硝酸甘油片、1%～2%硝酸甘油膏（外用前臂内侧）、硝苯吡陡、硝酸甘油片、心得安、异搏定、消心痛、心痛定、硫氮　酮、亚硝酸戊烷等。其他可供选用治疗冠心病的药物有：阿司匹林、潘生丁、烟酸、亚油酸、维生素 B_6、维生素 C、胆酪胺、心可定等。冠心病人可随身携带内装潘生丁、硝酸甘油、亚硝酸戊烷、安定等药物的保健药盒，以防万一。冠心病人忌用的药物有麦角新碱、消炎痛、麻黄素、5-氟脲嘧啶、喘息定等。

中成药

心绞痛发生在寒冷季节、遇冷即发，怕冷、面色苍白、神疲乏力、手足不温、口淡不渴、吐清涎、大便稀薄、小便清长者，选用苏合香丸、速效救心丸、心舒静（鼻吸）、救心丹。头痛、眩晕、耳鸣、腰膝酸软、口咽干、肢麻震颤、盗汗、五心烦热、大便秘结、舌红少苔者，可选用粑菊地黄丸、玉楂冲剂。

验方

●丹参 18 克，红花 6 克，川芎 6 克，降香 6 克，栝蒌 24 克，赤芍 10 克，薤白 10 克，清半夏 10 克，郁金 12 克，黄连 3 克。日一剂，分温三服。主治冠心病。

●党参（人参）15 克，麦冬 12 克，五味子 8 克，瓜蒌皮 15 克，桂枝 8 克，丹参 15 克，川芎 15 克，赤芍 15 克，莪术 15 克，红花 10 克，温阳益气、活血通脉。主治胸痹心痛（冠心病心绞痛）。心气虚衰，心功能不全者，上方加温阳强心的制附片、黄芪、刺五加、万年青，去瓜蒌皮；心阳不足，心动过缓者，上方加强心助阳的制附片、麻黄、细辛、鹿角片；心气不匀，心律不齐者，上方加强心调心律的苦参、万年青、当归、珍珠母；心肾两虚者，上方加补肾助阳的仙灵脾、仙茅、巴戟天、杜仲；血瘀阳亢，血压偏高者，上方加化瘀降压的天麻、桑寄生、野菊花、葛根、益母草；气滞血瘀，心绞痛频作者，上方加活血止痛的玄胡、罂粟壳、乳香、没药；血瘀疾盛，血脂偏高者，上方加健脾降脂的决明子、荷叶、山楂、苦丁茶、三七；血瘀脉涩，血粘稠度高者，上方加活血抗凝的水蛭、忙虫、海藻。

●当归、川芎、桃仁、红花、柴胡、枳壳、桔梗、白术各 15 克，赤芍、牛膝、丹参备 25 克，桂枝 7.5 克。每日 1 剂，水煎分 3 次。治血脉瘀阻型冠心病。主治冠心病。

●别直参、川芎、桃仁、炒元胡、薤白各 9 克，附片 5 克，丹参、毛冬青各 30 克，当归、炒赤芍、王不留行各 12 克，红花 6 克，全瓜蒌 18 克。每日 1 剂，水煎服。另云南白药保险珠 2 粒分吞。

●核桃仁、桃仁各 250 克，红糖 1000 克。先将前二味加少量水煎煮至软，然后捣烂，再与红糖混合调匀成稠糊状，每次服 50 克，日服 3 次，温开水送

服。益气养血活血。主治气血两虚为主的胸闷心痛。

●猪心 1 个，芭蕉花 250 克。先将猪心洗净，和芭焦花共入水中煎煮至猪心熟透即可。吃诸心饮汤。可经常服用。调补阴阳，活血化瘀。主治阴阳两虚型心绞痛。

●桃仁 10 克，粳米 100 克，先将桃仁捣烂如泥，加水研汁去渣，再与粳米同煮成粥。日 1～2 次，可连续服 3～5 日。活血法瘀止痛。主治心绞痛。

●全蝎、蜈蚣各 3 克，黄蔑 30 克。将全蝎、蜈蚣焙干，和黄芪一同共研细末，每次 12 克，日服 3 次。温开水送下。益气活血通络。主治心绞痛。

●绿豆 21 粒，胡椒 14 粒。绿豆、胡椒共同研碎为末，用白汤调和服下。温中散寒。主治心绞痛。

●乌梅 1 个，杏仁 7 粒，枣 2 枚。上三味洗净，乌梅、枣去核，同杏仁一道捣烂，男子用黄酒送服，女子用醋送服。温中化痰止痛。主治心绞痛。

●葱头（隔年者佳）7 根，香油适量。将老葱头洗净去掉外皮，切碎捣汁，也可略加些凉白开水捣，再入香油调匀灌之。温阳通脉。主治突然发作心绞痛，疼痛欲死者。

●陈仓米、蜂蜜各适量。将陈仓米火上烧成灰，用蜂蜜调匀服下。益气止痛。主治心绞痛。

●全瓜蒌 30 克，薤白 15 克，桂枝 10 克，赤芍 15 克，川芎 10 克，生香附 15 克，降香 10 克，生山楂 20 克，醋炒元胡 10 克，甘草 10 克。加清水 1000 毫升，煎取 300 毫升，再加热水 500 毫升，煎取 200 毫升，两次药液混合，分三次温服，每日 1 剂。

敷贴法

●栀子、桃仁各 12 克，蜂蜜 30 克。将栀子、桃仁共轧成细末，加炼蜜 30 克（或蛋清）调成糊状。将药摊在心前区，敷药范围为右侧至胸骨右缘第 3～5 肋间，左侧达心尖波动处，其面积约长 7 厘米，宽 15 厘米，外用纱布覆盖，胶布固定。开始每 3 天换 1 次，2 次后 7 日换药 1 次，6 日为 1 疗程。主治冠心病心绞痛。敷药期间，除有严重心绞痛发作可含服硝酸甘油外，均停用药物。

●檀香、细辛各等份。将上 2 味药研粉，用酒调成糊状敷在脐部。主治冠心病心绞痛。

●麝香、牙皂、白芷适量制成硬膏，每次 2 张，分别贴于心前区疼痛处及心俞穴，24 小时更换 1 次。主治冠心病心绞痛。

●白檀香、制乳没、川郁金、醋炒延胡各 12 克，冰片 2 克。将上药研细末，另加麝香 0.1 克，调匀备用。用时取少许，用二甲亚砜调成软膏状置膏药（或伤湿止痛膏）中心，贴膻中、内关（双），每日换药 1 次，主治气郁血瘀引起的心胸痛。

●丹参、川芎、红花、当归、乳香、没药、公丁香、沉香、麝香各适量。外贴膻中、心俞、虚里，每日任选 2 穴，交替贴敷，每处 1 张，每张贴 12～24 小时。主治冠心病心绞痛。

●山楂浸膏 20 克，甘草浸膏 8 克，葛根浸膏 10 克，白芍 270 克，厚朴 100 克，鸡血藤挥发油 6 毫升，细辛挥发油 1 毫升，乳香没药醇液 70 毫升，冰片少许，黄酒适量。将白芍、厚朴研细末，上加余药混匀后阴干。先将脐部洗净，擦干，然后取药面 0.2 克，用黄酒调匀成糊状，放于脐眼内，上用胶布覆盖，2 天换药 1 次，7～10 天为 1 疗程。主治冠心病。

●降香、檀香、田七各 10 克，冰片 0.25 克，胡椒 10 克，麝香 0.1 克。将上药研末，密封备用。临用时取药末 2 克，调酒成药饼，分成 5 小块，贴于膻中、双内关、双心俞穴。2 天换药 1 次，5 次为 1 疗程。主治心绞痛。

●山桂浸膏 20 克，甘草浸膏 8 克，葛根浸膏 10 克，白芍 270 克，厚朴 100 克。上方共研细末，加入鸡矢藤挥发油 6 毫升，细辛挥发油 1 毫升，乳香、没药醇液 70 毫升，冰片 5 克共混合，阴干，密闭保存备用。用时每次取药粉 200 毫克，用黄酒调为糊状，放入脐内，上盖胶布，每 3 天换药 1 次。主治冠心病心绞痛。

●川芎 12 克，冰片 7 克，硝酸甘油片 10 片。上方共研细粉备用。用时每次取药粉 0.5 克。用丹参注射液调为糊状，敷于脐部，外盖纱布，胶布固定，隔日换药 1 次。主治心绞痛。

雾化吸入法

●细辛、良姜、荜拨、檀香、冰片各适量。上药制成气雾剂，按气雾剂雾化法操作常规，立即将药液喷至咽腔，若 10 分钟不缓解，可重复使用，至疼痛缓解为止。主治心绞痛。

吹鼻法

●制蟾酥、冰片、红参、附子、细辛、山慈姑、牙皂、洋金花、麝香各适量。上药共研细末，置于管筒中吹入患者鼻腔内，每日 2～3 次，7 日为 1 疗程。主治胸痹气虚证。

点滴法

●雄黄、火硝各等份，麝香少许。前二味研末，加麝香、新汲水调成液。发作时点睛明穴，男左女右，扶行数步即愈。主治真心痛。

气功疗法

●姿势：若体力允许，可练铜钟功站势，头部及躯干正直，两脚分开微呈八字，与肩同宽，重心落在脚掌和脚跟间。两膝微屈，两髋微内收，胸部微合，下颌稍内含，悬顶，两眼微闭或自然平视前方，两唇微合，舌尖轻贴上腭或平放。面带微笑，两手自然下垂，静默片刻后两手徐徐向两侧分开，同时向前划三个小圆圈，然后与腿成 30°～45°角，掌心向下向后，拇指朝髋部，食指向下，余下三指自然并拢成弧形。姿势摆好后，使头、颈、肩、时、腕、指、背、腰，髋、膝、踝、趾各关节依次放松，意守丹田。呼吸：先行自然呼吸 1 周，后转为呼长吸短为主，并配合深呼吸练习。意守：练功初时先意守丹田 1 周，以后改为意守劳宫、膻中、脐中穴，若气闷、胸痛者可意守内关穴。冠心病有明显浮肿、心悸、胸闷、心绞痛、呼吸困难、坐立均感易疲劳者，或练铜钟功站势后感觉疲劳不适者，可取高卧势。练功者先将床上的枕头、棉被及其他柔软的衣物等垫成坡形，高约 30～40 厘米，约呈 120°角。然后仰卧在床上，两脚自然分开同肩宽，双手放在大腿两侧，手心向下，手臂稍成弧形状。注意头部不要太低，腰部不能悬空，两眼微闭，口自然闭合，舌放平。

辅助疗法

●按胸胁：右手贴于左胸前，左手按在右腰部位，而后自上而下，反复按摩，再换另一侧，左右各 9 次。能增强肺功能，加强冠状动脉供血，消除胸痛、胸闷。

●按命门：用大拇指置于腰部前方，四指尖贴在后背，呈反叉腰式。而后，用微力上、下按摩，约 18～36 次。此法能增强肾脏功能，达到补肾养心

的作用。

●叩内关：两手相对，中指、食指、无名指指尖扣在内关、列缺、神门穴上，来回叩动内关穴约 100 次。此法可增强心气，安静神经，消除胸闷、心悸、怔忡。

●摩劳宫，擦涌泉：劳宫穴位于掌心，为心包经之要穴。有清心火，平肝安神之功效，并是练功家作为练气、聚气、运气和发放外气的重要地方。涌泉穴位于足心，为肾经在足部的井穴。具有补肾降火，苏厥宁神作用，对心绞痛、心律不齐甚至心肌梗塞有一定疗效。以手劳宫穴按摩涌泉穴，常能交通心肾，水火相济，对冠心病引起胸闷、心悸、怔忡、胸痛、失眠者有明显缓解作用。

注意事项

无论是器质性心脏病或无器质性疾病的心律失常的诱发，都与精神、性情及烟、酒、茶嗜好密切相关，故患有心律失常的人应重视精神、情志调养，治情悦志，避免精神刺激和过分的情绪激动，还应尽量戒除烟、酒嗜好，少饮浓茶、咖啡。本病与身体状况有一定关系，所以平时应注意劳逸结合，避免过度疲劳，生活有节，起居有时，饮食勿过饥过饱，并坚持身体锻炼，这对心律失常的恢复也有重要意义。

高血脂症

高血脂症是中老年人的常见病、多发病。空腹血中胆固醇或甘油三酯浓度超过正常限度时，称为高血脂症。常分为高胆固醇血症、高甘油三脂血症、高异常脂蛋白血症、混合型（高胆固醇、高甘油三脂血症）四种类型。高血脂症是冠心病的重要发病因素之一。属中医的眩晕、头痛、痰饮、肢体麻木等病的范畴。症状为头痛、眩晕、胸闷气短，不思饮食、急躁易怒，肢体麻木，精神不振，倦怠乏力，少气懒言等。

治疗

验方

●冬青子 1500 克，蜂蜜适量。将冬青子加水煎熬 2 次，每次 1 小时，去渣，合并两次药液浓缩成膏状，烤干碾碎，加入适量蜂蜜混匀，贮瓶备用。同时，每日服用量相当于生药冬青子 50 克，分 3 次空腹服，l 个月为 1 疗程。主治高血脂症。

●大藕 4 节，绿豆 200 克，胡萝卜 125 克。将绿豆洗净水泡半日，滤干，胡萝卜洗净，切碎捣泥，二物加适量白糖调匀待用。将藕洗净，在靠近藕节的一端用刀切下，切下的部分留好。将调匀的绿豆萝卜泥塞入藕洞内，塞满塞实为止。再将切下的部分盖好，用竹签或线绳插牢或绑好，上锅水蒸熟，可当点心吃。经常食用。降低血脂，软化血管。主治高血脂。

●茵陈 20 克，生山楂 15 克，生麦芽 15 克。将上药放入砂锅内加水适量，煎煮 20 分钟，过滤留汁，再煎 20 分钟，去渣取汁，将两煎药汁混匀，每日 2 次，每次 100 毫升，可连服半月。清肝利胆，清热化湿，醒脾法脂。主治高血脂早期患者。

●鲜猕猴桃 2～3 个。将鲜猕猴桃洗净剥皮，榨汁饮用；也可洗净剥皮后直接食用。日 1 次，常服有效。降脂防癌。主治高血脂症，并有防癌作用。

●海带、绿豆、红糖各 150 克。将海带发好后洗净，切成条状，绿豆淘洗干净，共入锅内，加水炖煮，至豆烂为止。用红糖调服，每日 2 次，可连续服用一段时间。清热养血。主治高血脂症。

●黑芝麻 60 克，桑椹 60 克，大米 30 克，白糖 10 克。将黑芝麻、桑椹、大米分别洗净后同放入瓷罐中捣烂。砂锅中先放清水 1000 毫升，煮沸后入白糖，水再沸后。徐徐将捣烂的碎末加入沸汤中，不断搅动，煮至成粥糊样即可。可常服之。滋阴清热降血脂。主治高血脂症。

●山楂、杭菊各 10 克，决明子 15 克。将三者加水稍煎，当茶饮，每日 1 剂，同时可服维生素 C2 片，日 3 次，连服 3 个月。清肝活血降脂。主治高血脂症。

●绿茶 2 克，菊花 10 克，山楂片 25 克。加水 400 毫升煮沸 5 分钟，分 3 次温饮。加开水复泡续饮，日服 1 剂。主治高脂血症。

●绿茶 6 克，大黄 2 克。沸水冲泡，代茶频饮。主治高脂血症。

高血压

高血压分为原发性和继发性，原发性高血压是一种独立的疾病。继发性高血压，则为某些疾病的一种症状，即症状性高血压。高血压是一种以动脉血压增高为主要表现的综合症。此病易发生于长期从事脑力劳动，及紧张工作如司机、会计、高空作业、电信人员等，肥胖、吸烟及吃盐多的人也易于发病。此外高血压与遗传也有一定的关系。原发性高血压发病一般较缓慢，可有头痛、头昏、心悸、失眠、胸闷、乏力为常见症状。

治疗

西药

●确诊为高血压病人，如果收缩压经常在 21.28 千帕（160 毫米汞柱）以上，舒张压经常在 13.28 千帕（100 毫米汞柱）以上，适合于用降压药物。使用降压药物之前，可用少量镇静药，如安定、安乃近、苯巴比妥类等，作为基础药物用于治疗早期高血压病的首选药为利尿药和β受体阻滞剂，可选用双氢克尿噻、氯噻酮、安体舒通和心得安、心得静、心得舒等。如效果不佳，可选加利血平、甲基多巴、可乐宁或肼苯哒嗪、美加明、长压啶等。治疗高血压脑病等急重症的药物有硝普钠、咪噻芬、酚妥拉明、疏甲丙脯氨酸、胍乙啶、哌唑嗪、降压嗪等。另外，高血压病患者可较长期服用的复方降压药有：复降片、复方罗布麻片、安达血平片等。老年人应用降压药物要慎重，他们对降压药物反应比较敏感，快速降压和降压幅度过大，易诱发脑或心脏缺血性疾病。高血压病人坚持每天服药，但睡前不宜服降压药，以防发生脑血栓形成。治疗过程中要经常测血压，及时调整药物种类和剂量。另外，高血压病人应注意忌用麻黄素、止咳定喘丸、麻杏石甘汤（丸）等药物。

中成药

●眩晕、耳鸣、面潮红、手足心热、腰膝酸软、乏力、口干、舌红少苔者，可选用六味地黄丸。每因情绪激动而引起血压升高、急躁易怒、面红目赤、口干苦、小便黄赤短少、舌边红者，可选用龙胆泻肝丸、脑立清等药。

验方

●丹参、丹皮、山楂、葛粉、泽泻、首乌、黄芪各 30 克，地龙、五味子、夏枯草、赤芍、川芎各 15 克。每日 1 剂，水煎服。主治高血压。

●羚羊角粉（吞）0.6 克，龙胆草、生大黄、黄芩各 6 克，钩藤（后下）、夏枯草、野菊花各 12 克，丹皮 9 克，决明子、石决明（先煎）、珍珠母（先煎）各 30 克。每日 1 剂，水煎服。主治高血压。

●石决明 15 克，菊花、牡蛎、清半夏、茯苓、苏子、牛膝各 9 克，陈皮、炒栀子各 4.5 克，黄芩、炒白芍、枳壳各 6 克。每日 1 剂，水煎分 3 次服。主治肝阳上亢型高血压。

●制半夏 6 克，天麻 10 克，茯苓 10 克，橘红 7 克，甘草 6 克。每日一剂，水煎两次服用。主治高血压。

●鲜地龙 7 个，白糖 25 克。地龙洗净，置一碗内加白糖 25 克，用开水约 300 毫升，渍在地龙和糖的碗内，待开水不太热时，将地龙捞出。饮其水，每日一剂。主治高血压。

●猪苦胆汁 100 克，绿豆面 200 克，鲜苦苦菜 10 斤。将苦苦菜加水五斤煮熟，取出拧汁熬膏与胆汁、豆面拌匀，为丸、阴干备用。每早晚各服一丸（重 15 克。）主治高血压。

●垂柳内皮、白糖各 50 克。将垂柳枝的绿皮剥去，取二层白皮，把内芯去掉，水煎服。每日二剂，连服一周。主治高血压。一定要新鲜柳枝，不可霉烂。

●猪胆一个，绿豆适量。将绿豆粒装入猪胆内，装满为止，放置 3 个月后再用。每天 1 次，顿服 7 粒。主治高血压。服绿豆粒后，血压很快下降，继续服用白糖加醋，至痊愈为止。

●夏枯草 500 克，杭菊花、钩藤、草决明、怀牛膝各 250 克。将上药分别洗净晒干，夏枯草水煎，浓缩成膏，其他药研成细面，将膏粉混合制成水丸。每日二次，每次 8 克。主治高血压。

●丝瓜络 20 克，赤小豆 20 克。上药放入砂锅中，加水适量，煎 30～40 分钟，滤汁分早晚两次空腹服。利水通小便降压。主治高血压。

●芹菜 250 克，鲜莲子 100 克。将芹菜洗净切段，鲜莲子去皮，放适量油，将上药翻炒至熟，加入少量盐即可。软化血管，去脂降压。治疗高血压。

敷贴法

●吴茱萸、菊花、肉桂各等份，鸡蛋 1 枚。将上方前 3 味药共研细末，于睡前洗脚后，取 10 克药末以鸡蛋清调和，敷双足涌泉穴，外用纱布包扎固定，翌晨去药。连用 5～10 次显效。主治适用于肝阳上亢型高血压之眩晕。

●吴茱萸适量，食醋适量。将吴茱萸研为细末，每次 15～30 克，用食醋适量调成糊状，于睡前敷于两足涌泉穴，用纱布包，胶布固定。每天换药 1 次，轻症敷 1 次即可，重症可连用 3～5 次。主治肝阳上亢型高血压。

●胆汁吴茱萸 500 克，龙胆草醇提物 6 克，硫磺、醋溶白矾各 100 克，朱砂 50 克，环戊甲噻嗪 12.5 克。上药混合为末，敷脐，每次用 200 克。主治高血压病。

●桃仁、杏仁各 12 克，栀子 3 克，胡椒 7 粒，糯米 14 粒，鸡蛋清适量。将前 5 味药共捣烂。加 1 个鸡蛋清调成糊状，分 3 次用。于每晚睡前敷贴于两足心涌泉穴，晨起除去，每夜敷 1 次。6 次为 1 疗程。主治高血压病。敷药处皮肤出现青紫色无妨。

●蓖麻仁 50 克，吴萸 20 克，附子 20 克，生姜 150 克，冰片 10 克。将前 3 味药研末，生姜捣如泥，加入药末中并加入冰片，调成膏状。每晚贴敷双侧涌泉穴，晨起除去，7 日为 1 疗程。主治高血压病。

●肉桂、吴茱萸、磁石各等份。将上药研细末，密封保存。每次用药末 5 克，调蜂蜜为药饼，贴于涌泉穴。阳亢者加太冲，阴阳不足者配足三里，每次贴 2 穴，轮流使用，每天于临睡前换药 1 次，贴药后胶布固定，艾卷悬灸 20 分钟。主治高血压。

●磁石、石决明、党参、黄芪、当归、桑枝、枳壳、乌药、蔓荆子、白蒺藜、白芍、炒杜仲、牛膝各 6 克，独活 18 克。上药煎水浸泡双脚 1 小时，1～3 次血压即可降至正常。血压降至正常后就不再浸泡，在浸泡双脚同时，手抠双脚心（涌泉穴）。主治高血压病。

●钩藤 20 克，冰片少许。治疗前 1 天停用降压药物，治疗期间不用降压药物。以钩藤 20 克，剪碎，布包（加入少量冰片），于每日晨起和晚睡前放入盆（或桶）内，加温水浴脚。每次 30～45 分钟，可不断加水，以保持水温，每包用 1 天，10 天为 1 个疗程。主治高血压病。

敷脐法

●胆汁制吴茱萸 500 克，龙胆草醇提取物 6 克，硫黄 50 克，醋制白矾

100 克，朱砂 50 克，环戊甲噻嗪 175 克。上方混合研粉，装瓶备用。用时先将脐部用温水洗净擦干，每次取药粉 0.2 克左右，放入肚脐窝内，敷盖棉球，外用胶布固定，每周换药 1 次，同时测量血压，连用 1 个月无效者，即当停药。主治Ⅰ、Ⅱ期高血压。

●利眠宁 2.5 毫克，双氢克尿塞 5 毫克，地巴唑 4 毫克，利血平 0.06 毫克，硫酸胍生 1 毫升，淀粉 25 毫克。上方混合研粉。用时先将肚脐用温水洗净擦干，每次取药粉 100 毫克，放脐中，盖以软纸片和棉球，用胶布固定，每周换药 1 次。主治高血压。

●桂枝 3 克，川芎 2 克，罗布麻叶 6 克，龙胆草 6 克。上方共研细末，然后以酒调为膏状，敷脐部，外以伤湿止痛膏固定，每天换药 1 次，连续用药 10 次为 1 疗程。主治高血压。

气功疗法

●降压功：身体取自然站立姿势，两脚开立与肩同宽，稍内扣成八字，膝微屈，头顶悬，撮肛门，胸内含，腋虚圆。两手如下按球状，虎口相过于丹田（小腹处）。呼吸为鼻吸口呼，也可口吸口呼。吸气时舌抵上腭，呼气时舌体复原。将呼吸调至每分钟 8～10 息时，开始做姿势导引并配合意念。即；两手阴掌（掌心朝下），指尖稍下垂，缓慢上升至中指尖与膻中穴齐平，此时吸气无意念。随之两手阴掌配合呼气下按至下丹田，此时意念为，有数股清爽之温热水流，自上向下淋浴全身，头脑清醒无比，双目微闭视鼻准。如此反复做 20 分钟，每日 1～2 次，取空气新鲜、安静场所。

●稳压功：在降压功的基础上待血压降至正常范围时，改做稳压功，即站桩功。姿势同降压功，但两手翻转至掌心相对呈抱球状。意守下丹田。呼吸仍为每分钟 8～10 息。每日练功早晚各 1 次，每次 30～60 分钟。

辅助疗法

●梳头：两手手指稍稍分开，用手指指尖如梳子般梳理头发，从前额经头顶至后项，轻重适度，做 36 次。可缓解高血压头胀、头痛症状。

●洗肩：左手侧平举，指尖点于墙上（或其他物体上），肩关节向前绕圈 36 次，向后绕圈 36 次，然后做右肩。尽量做到手不动而肩动。熟练后，可两侧上肢同时做，手指亦可不接触物体，可以缓解颈项肩板滞酸痛症状。

●揉腰：直立，双手半握拳，以手背贴于两侧腰眼（肾俞穴），两手背同时转圈按揉，使有酸胀为度，先向外转 36 圈，再向里转 36 圈，可以强肾壮腰。

●搓涌泉：涌泉穴位于双足底心。先以右手心搓左涌泉 36 次；再以左手心搓右涌泉 36 次。可以治头昏、耳鸣、足底疼痛无力。

心悸

心悸是指病人自觉心中悸动，惊惕不安，甚则不能自主的一种病症。它包括惊悸和怔忡。常与精神因素、心血不足、心阳衰弱、水饮内停、瘀血阻络有关。症状为病人自觉心中急剧跳动，惊慌不安，不能自主，常兼气短乏力，神倦懒言等症。随病因病机不同，可见促、结、代、数、疾、迟、细等脉象。病情不同心悸或为阵发，数日 1 次，或 1 日数次，或为持续性发作。部分病情较重的怔忡患者，尚有虚里跳动显著，其动应衣的现象。

治疗

验方

●桂圆肉 120 克，大黑枣 250 克。将桂圆肉切碎，大黑枣去核切碎，二药混合共捣泥为丸，可加些蜂蜜。每丸重 9 克。每次服 1～2 丸，日三次。淡温盐水送下，连用一周。养心安神。主治心悸症。

●猪心 1 个，茯神 10 克。将猪心洗净，同茯神共放砂锅中加水适量煎煮，待肉熟后，拣出茯神，吃肉饮汤。隔日一次，连用 2～3 次。养心安神。主治心悸症。

●山药、莲子、葡萄干各 50 克。将生山药切片，三药洗净同煮熬成粥，加适量白糖食之。也可将三药同蒸烂泥状。日一次。补中养心健脾。主治心脾两虚之心悸症。

●猪肾 1 个、党参 15 克，当归 10 克。剔净猪肾中的臊腺、洗净，与党参、当归同入砂锅内文火慢炖，至肉熟，加入少量盐调味，食肉饮汤。益气活血，安神定志。主治心悸症。

●猪心 1 个，朱砂 3 克。将朱砂放入猪心内，炖熟。吃猪心饮汤。每日一次。养心安神。主治心悸症。

●鸡蛋 2 个。将鸡蛋煮熟，取蛋黄，放在勺内烤出蛋黄油，调入少许凉白开水后一次饮之，每日 1～2 次。镇心、益气、安五脏。主治心悸症。

●红枣 5 个，松针 30 克。将二味入锅中水煎 30 分钟，取汁饮用，每日 1 剂。连饮 3～5 剂。益气定志。主治心悸症。

●大枣 30 克，茴心草 15 克。将二味同入砂锅内，煎煮 20～30 分钟，饮用汤汁，每日 1 次，连用 3 日。益气养心。主治心悸症。

●元参 6 克，小米 50 克，蜂蜜 1 汤匙。将元参、小米淘洗干净，加适量清水煮作粥，加蜂蜜调匀后即可食用。日 1 次，连用 5 日。养阴益气。主治心悸伴咽干症。

●覆盆子 20 个，小米 50 克，蜂蜜 1 汤匙。先将小米熬煮成粥，再拌入洗净的覆盆子和蜂蜜调匀，食用。日一次，连用 3 日。补肾纳气，主治心悸气短症。

●人参 3 克，小米 50 克，蜂蜜 1 汤匙。先将小米煮作粥，把人参研为末，和蜂蜜一同掺入粥中。调匀即食。每日一次，可连用 3 日。益气补虚。主治心悸、乏力、体弱症。

艾卷灸

●心俞、内关、神门、巨阙等穴。按艾卷温和法操作。每日 1～2 次，每次灸 10～15 分钟，10 次为 1 疗程。施灸时，一般灸至皮肤有温热舒适感，皮肤稍红晕即可。

●心俞、内关、神门等穴，按太乙神针灸法施术。将神针点燃放于穴位

上，徐徐按压穴位附近以减轻的痛，当艾燃烧将尽，病人灼痛难忍时，急压灭火。

敷灸

●膻中、心俞、虚里等穴。将敷灸法常规施术。每次任选 2 穴交替贴敷冠心膏，每处 1 张，每张贴 12～24 小时。外贴 7 天为准，有效者可连续使用 15～30 天为 1 疗程。①冠心膏的药物组成：丹参、川芎、红花、当归、乳香、没药、公丁香、沉香、麝香等。②部分病人有局部皮肤反应（皮肤发红、发痒、水泡）。

●劳宫、涌泉等穴。按敷灸法操作。将生南星、生川乌等份共研为细末，用黄蜡融化摊于手、足心。每日 1 次，晚敷晨取，10 次为 1 疗程。

贫血

贫血是某些疾病的一个症状。即在单位容积的血液内血红蛋白含量、红细胞计数、红细胞压积低于正常值。贫血多为外伤或其它疾病所致夫血过多，或脾虚失运，气血生化不足，肝肾亏虚精血不足所致，症状主要为面色苍白，口唇及指甲淡白，头晕、耳鸣，心慌、气短、疲乏无力等。

治疗

西药

●缺铁性贫血可选用硫酸亚铁、葡萄糖酸亚铁、枸橼酸铁胺、右旋糖酐铁、富马酸铁等补铁药，同时应服用维生素 C 或稀盐酸等酸性药物，忌饮茶；巨幼红细胞性贫血可选用叶酸、维生素 B12；失血性贫血首先须设法制止失血，同时可选用上述用药并增加饮食营养；溶血性贫血，可选用强的松、地塞米松等激素或环磷酰胺、硫唑嘌呤等免疫抑制性药物，有脾功能亢进者可行脾切除手术；再生障碍性贫血可选用刺激骨髓造血功能的药物，如丙酸睾丸酮、苯丙酸诺龙、康力龙、羟甲雄酮等。

中成药

●面色萎黄、疲倦乏力、心跳气短、自汗、食欲不振、头晕目眩、妇女月经不调者，可选用十全大补丸、人参养荣丸或补中益气丸。体倦乏力，失眠健忘、神经衰弱、惊悸怔忡、食少嗜卧、四肢无力，妇女月经过多者，可选用归脾丸，左归丸或右归丸。

验方

●当归、川芎、三棱、莪术、土鳖虫、桃仁、鳖甲、全虫、阿胶各 50 克，田三七、白及、水蛭各 25 克，羚羊角粉 10 克，朱砂 25 克，牛黄 3 克，冰片 5 克。共研细末，炼蜜为丸，日服三次，每次 1～2 丸。主治再生障碍性贫血。

●羚羊角 5 克，川黄连 15 克，鹿角胶 15 克，三七 5 克，白及 20 克，丹皮 15 克，生百合 15 克，生地 20 克，知母 15 克，黄柏 15 克，红花 15 克，鲜藕节 100 克，鲜茅根 100 克。水煎服，每日一剂。主治再生障碍性贫血。

●葡萄酒。每日饮适量。主治贫血，血小板减少。

●阿胶 15 克，红糯米 50 克，蜂蜜 30 克，米酒 15～20 毫升。红糯米加水适量煮粥，加阿胶末、蜂蜜和酒搅匀，温热服之，每日 3 次，连服 10 日为一疗程。主治贫血。

●蟹壳、米酒或黄酒适量。蟹壳烧炭存性为末，每次 10 克，酒调服。主治贫血。

●黄精、枸杞子各 12 克，酒适量。加水煎服。主治贫血。

●鸭血、酒适量。鲜鸭血蒸熟，入好酒（首乌酒为佳），每服 2～3 匙，每日 2 次。主治贫血。

●淡菜 60 克，韭菜 25 克，猪排骨 100 克，白酒适量。淡菜洗净，酒浸泡胀发，韭菜洗净切段，排骨洗净切块。淡菜、韭菜、排骨放入碗内，蒸熟，食时加调味品。主治贫血。本方可改善血液循环。

●鸡血藤 50 克，鸡蛋 3 个，红糖适量。二味同煮，吃蛋喝汤，红糖为引，每日一剂，主治贫血。

●鸡蛋黄，菠菜适量。将蛋黄放入铁锅中用微火炒拌，渐渐呈焦稠状，并越来越不易搅炒，等蛋黄油完全煎出后去渣，用蛋黄油炒菠菜，再随个人

口味加入盐、味精、胡椒等调味品。主治贫血。

●茶叶 5 克，丹参、黄精各 10 克。共研粗末，沸水冲泡，加盖焖 10 分钟后饮用。每日 1 剂。主治贫血。

脑血管溢外（中风）

脑血管溢外即中风，主要包括出血性脑出血、脑血栓形成、脑栓塞等急性脑血液循环障碍。本病多见于老年人。其病因多为高血压，动脉粥样硬化，脑动脉瘤，脑血管畸形，情绪紧张，激动，疲劳，暴饮暴食，排便用力，失眠或嗜睡等。症状为头痛、肢体麻木、精神改变、嗜睡等为前驱症状。一般起病急，突然意识丧失，颜面潮红，呼吸变深呈鼾声，脉博慢而充实等。

治疗

西药

●因缺血性中风与出血性中风的治疗用药完全相反，所以必须在确诊后方能谨慎用药，切不可擅自胡乱用药。出血性中风者可选用 20%甘露醇、25%山梨醇、50%葡萄糖液降低颅内压，必要时可加用地塞米松或速尿、利尿酸等利尿剂。为制止出血，可选用 6-氨基己酸、抗血纤溶芳酸、安络血、止血敏、维生素 K 等，但应注意这些药不宜大剂量、长期（超过 2 周）使用，以免发生继发性脑梗塞。蛛网膜下腔出血者如有剧烈头痛、烦躁不安，应及时选用安定或氯丙嗪等镇痛、镇静药。另外，还可选用 ATP、辅酶 A、细胞色素 C 及维生素 B 族等药物，以促进大脑功能的恢复。缺血性中风者，首选使用低分子右旋糖酐或羟乙基淀粉代血浆，以改善微循环。另外，可选用抗凝血、扩张血管或促进神经细胞代谢的药物，如肠溶抗栓丸（环扁桃酯）、己酮可可碱、5%碳酸氢钠、氨茶碱、陪他啶、潘生丁，地巴唑、罂粟碱、脉通、烟酸肌醇脂、脑益嗪、654—2 氢化麦角碱以及维生素 E、C 等。还可选用尿激酶、透明质酸酶、腹蛇抗栓酶、肝素、双香豆素、新双香豆素、华法令制剂、新抗凝、维脑路通等溶栓药物治疗。

中成药

●出血性中风者，有高热，昏迷、惊厥时，可选用安宫牛黄丸或局方至宝散。

缺血性中风者，有头痛、眩晕或偏瘫时，可选用活络效灵丹，芎嗪注射液、丹参注射液、通脉丸等。

验方

●豆豉（炒香）500 克，米酒 500 毫升。将豆豉纳入袋内，渍于米酒中浸 3 宿，去渣即得。先眼豆豉的水煮液 1 小碗（以豉 15 克，水 1 碗煎煮），后再饮此酒，温服 l～2 杯，微醉者佳。主治卒中风，手足不遂。

●胡麻（炒、捣）100 克，米酒 1000 毫升。将胡麻入米酒中，浸 7 日后开取。每日服 2～3 次，每次 1～2 杯，稍稍复加，以瘥（愈）为度。主治中风，口面㖞斜。

●青松叶 955 克，黄酒 3000 毫升。取青松叶洗净，切细捣汁，入黄酒中浸两宿，近火一宿。初服 50 毫升，渐至 200 毫升，头面汗出，病愈即停服。主治中风口㖞。

●炮姜末 90 克，熟白蜜（滤过）750 克，炒白面 500 克，热牛骨髓 1 碗。将以上诸药拌匀，制成弹子大小药丸。每日服 3 次，每次 3～4 丸，黄酒送下。主治瘫痪。

●白花蛇 1 条，白酒 500 毫升。泡 7 天后服，每次 1 小杯，每日 2 次。主治中风肢节屈伸不利。

●苎麻兜、大蒜各适量。共捣烂敷于后颈部，纱布包扎固定。主治中风

闭症。症见突然昏仆，不省人事，牙关紧闭，口噤不开，两手握固，大小便闭，肢体强痉。

●生姜 30 克，附子 13 克，沉香 3 克。水煎去渣，冷服。主治阴闭。症见突然昏仆，不省人事，牙关紧闭，两子握固，大小便闭，肢体强痉，面白唇暗，静卧不烦，四肢不温，痰涎壅盛，苔白腻，脉沉滑缓。

●驴皮胶（炙燥）900 克，好黄酒 4000 毫升。以酒煮胶冷化，久煮约得 2500 毫升。每日服 3～4 次，每次空腹服 1 盅，或黄酒烊化开。主治中风身如角弓反张。

●雁脂油 50 克，黄酒 500 毫升。取雁脂（脂油）熬炼，每取一匙（约 8～10 克）和入一杯黄酒中，温饮之。主治风挛拘急偏枯，血气不通利。

●大豆 1000 克，米酒 1000 毫升。将大豆炒至焦黄，以酒渍取汁。若口噤不开者，开口灌之；若身直，不得屈伸反复者，取槐皮黄，白者适量切之，以酒水煮去渣，稍稍服之。主治中风诸急。

●枳树皮（屑）1000 毫升，酒 1000～3000 毫升。将枳树皮以酒渍一宿，每服 100～200 毫升。酒尽更作，主治卒中急风，身直不得屈伸反复者。

●独活 40 克，黄酒 1500 毫升。上一味，以黄酒煎取 1000 毫升，另炒大豆 500～600 克，乘热放入药酒中，浸 1～3 日，去渣温服。主治卒中风，舌强不语。

●黑豆（拣紧小者淘）200 克，酒 1000 毫升。上二味，同入净瓶中密封，用灰火煨，令常热，约至酒减半，即去豆取酒。每日早、晚各服 1 次，每服 50～100 毫升。主治中风手足不随。

●生附子 30 克，白酒 500～1000 毫升。将生附子用酒浸 7 日，隔日饮 1 小杯，约 50 毫升。主治半身不遂。

●仙灵脾 850 克，白酒 4000 毫升。袋盛酒浸，密封 3～5 日。

每日服 1～2 次，每次 1～2 盅。主治中风不遂。

●枳壳（刮菇，鲜）200 克，白酒、米甜酒各 500 毫升。将枳壳入净瓶中，加入白酒及米甜酒，浸渍 5～10 日即得。每日饮 2 次，每次饮 1 小杯。主治中风身直，口眼歪斜，孕妇及阳虚火旺者慎用。

敷贴法

●麝香 1 克，冰片 5 克，川牛膝 15 克，木瓜 20 克，樟脑 50 克，雄黄 40 克，桃仁 15 克，半夏 6 克。将上药共研细末，分 30 等份。另备大活络丹 30 粒，生姜末 90 克。每次用热米饭捶饼 2 个，每饼上放药末 1 份，大活络丹 1 粒，生姜末 3 克，敷患者上下肢各 1 穴位（上肢取肩俞、尺泽，下肢取环跳、委中，交替使用）。每晚敷上，次晨取去，半月为 1 疗程。主治中风瘫痪。

●穿山甲 3 克，川乌 12 克，草乌 12 克，葱汁 20 克。将穿山甲研细末，与川乌、草乌、葱汁调拌捣烂，做成厚饼，贴双足心，然后用白酒浸湿。主治中风。治疗同时可配合内服药、针灸，推拿治疗。

●穿山甲、红海蛤、生川乌头各 60 克。上药共研成细末，每次用 15 克，把葱白捣汁，和成厚饼约 3×3 厘米大小，贴在患侧脚心，布裹紧，然后坐于无风密室中，用热水浸泡，候汗出，若周身微微汗出则效佳。主治中风半身不遂。避风，忌油腻饮食。

●马钱子 50 克，芫花 20 克，明雄 2 克，川乌 12 克，胆南星 5 克，白胡椒 2 克，白附子 3 克。先将马钱子放砂锅内，加水与绿豆少许，放火上煎熬，

待豆熟，将马钱子捞出，剥去皮毛，打成碎块。然后，在铁锅内放沙，炒热，入马钱子碎块于沙内，用木棒不停地搅拌，马钱子呈黄褐色时（不可炒黑，黑则无效），取出与诸药混合粉碎为末，过筛后备用。取药末 10～15 克。撒布于 6～8 平方厘米胶布中间（两块），分贴于神阙、牵正穴位上。2 天换药 1 次。主治中风口眼喝斜。

●天南星 12 克，雄黄 6 克，黄芪 12 克，胡椒 3 克。将以上各药共研细末，用水调湿敷肚脐。主治中风之半身不遂。

●白附子、蝎梢、羌活，川芎、乌头、藿香各 15 克，荆芥穗、防风、天麻、僵蚕、炙甘草各 20 克，肉桂 10 克，蜂蜜 200 毫升。诸药混合粉碎为末，过筛，再将蜂蜜入锅内加热，炼去浮末，离火，掺和药末，制成如蚕豆大的丸药。取药 1 丸，用酒搅和成膏，贴于穴位（颊车、承浆、地仓、牵正），每穴 1 丸，盖以纱布，胶布固定，1 日 1 换。主治中风、口眼喝斜。

●麻黄 60 克，杏仁 30 克，甘草、肉桂各 15 克。将上药研细末，用酒调成药饼，贴敷膻中、心俞穴。主治中风闭证。

针刺法

●毫针主穴：内关、人中、极泉、三阴交。配穴：气虚血滞加中院、脾俞、足三里、三阴交。肾虚精亏加肝俞，肾俞、阴郄、太溪、行间、神门。肝阳上亢加中冲、合谷、劳宫、行间、太冲、太溪。风痰阻络加合谷、中院、足三里、丰隆、太冲。血压高加人迎。假性延髓麻痹加风池或翳风。运动障碍加委中。失语加哑门、廉泉、合谷、风池。上肢全瘫或屈伸困难加肩髎、肩髎、曲池、外关、中诸、合谷；下肢全瘫或屈伸不利、站立困难加环跳、风市、阳陵泉、足三里、昆仑、丘墟、太冲、隐白。尿失禁加关元、中极、太溪。中枢性面痪加下关、颊车、地仓。施提插捻转之平补平泻法。

●灸法神阙、关元、足三里、绝骨、肾俞、曲池、气海、风池、合谷，肩髎、风市、阳陵泉、环跳等穴。每次选 4～5 个穴位，每穴每次以艾卷灸 20～30 分钟，5～10 次 1 疗程。

●耳针脑点、皮质下、肾、肝、三焦等穴。瘫痪部位相应穴：失语加心、肝。吞咽困难加口、耳迷根、咽喉。每次取 5～6 穴，用 2 寸长针，从上向下透穴，中等刺激。留针 1～2 小时。留针期间，患者主动或被动活动肢体。每日 1 次，10 次 1 疗程（用于 1 个月以内，意识清楚的患者）。

耳窍用药法

●艾叶 30 克，巴豆皮 0.6 克，白附子 0.3 克，白芷 0.6 克，生川乌 0.6 克，薄荷 0.6 克，炙全虫 0.3 克，细辛 0.6 克，蜈蚣 0.3 克。将艾叶揉成艾绒，其余各药研为细末，再与艾绒揉匀，分成 7 份。然后取鸡蛋 1 个，在上端打一小孔，倒去蛋清黄，再在下端侧面打一小孔。上端小孔内插进一根苇管，将苇管插入患侧的耳孔，边缘空隙用棉花塞住，点燃艾绒，从另一孔投入蛋壳，任其燃烧，并由苇管吹艾火，让烟进入草内，共烧 7 壮，每日或隔日 1 次。主治面神经麻痹之面部麻木。

刷牙开噤法

●南星末 5 分，冰片少许。上药和匀，以中指或棉签蘸药末揩齿，反复 20～30 次。主治中风口噤不开。

鼻窍用药开噤法

●细辛、皂角、薄荷、脑黄各 0.3 克，上药共研细末，取少许吹入鼻中，可连用 1～3 次，每次间隔 10 分钟左右。主治中风昏迷（口噤不开，有嚏可

治，无嚏不可治）。

塞鼻法

●鹅不食草 10 份，冰片 1 份。加适量凉开水浸泡鹅不食草，使药透水尽，再加入冰片共研成稠膏状，装入瓶内备用。使用时阑三层纱布包裹少许塞入病侧鼻腔，24 小时更换 1 次。主治面神经麻痹之麻木。

●菊花、川乌、草乌、羌活，黄芩各等份。共研细末，用棉花包裹，塞在鼻孔内，向左歪塞右鼻孔，向右歪塞左鼻孔。48 小时换 1 次。

遗 尿

遗尿系为一症状，可能是器质性遗尿，或为功能性遗尿。多发生于学龄期儿童或个别成年人持续地或间歇地在夜间睡眠时不自觉的排尿。主要为肾气不足或肝胆火旺而致。

治疗

验方

●穿山甲肉 125 克，米酒及猪油适量。加适量水炖熟，食盐调味，1 次吃完，连吃三日。主治遗尿。孕妇忌用。

●硫黄 6 克，大葱 12 克。研细末，白酒调拌后加热，外敷肚脐、小腹。主治遗尿。

●桑螵蛸 60 克，益智仁 15 克。水煎服。温肾固涩。主治老年遗尿症。

●白果 9～11 个。在睡前用火烧熟服之。固涩止遗。主治小儿遗尿，连服两次可愈。

●白果。用文火炒暴，去壳碾末过筛备用。用白水或桑螺蛸煎汁送服炒熟的白果面。3 岁每次 3 克，日 2 次；4 岁每日 4 克。日 2 次；5～9 岁每次 5 克，日 2 次；10 岁以上每次 5.5 克，日 2 次。固涩止遗。主治遗尿。

●连须葱白（2 寸长）3 根，硫黄 30 克。共捣如泥，待患儿临睡前上药敷于脐上，外用纱布覆盖固定，8～10 小时后除掉。主治遗尿。

●炙麻黄 10 克，五味子 10 克，益智仁 10 克。先用适量清水浸泡上药 30 分钟，每剂煎 2 次，将 2 次煎出的药液混合。每日 1 剂，分 2 次温服。补肾收涩止遗。主治遗尿。

●党参 15 克，山药 15 克，扁豆 15 克，芡实 15 克，猪瘦肉适量。同煲同服。健脾补气，固涩止遗。主治遗尿。

●炒芡实 30 克，炒山药 30 克，太子参 15 克。共研末，加白糖适量，开水冲服，早午各 1 次，每次 2 调羹，每 1000 克为 1 疗程。补气健脾，固涩止遗。主治遗尿。

●硫黄 6 克，葱白 21 克。将二药一同捣烂，布包敷脐上。通阳散寒。主治遗尿属阳虚者。

●玉竹 50 克。洗净水煎，代茶饮。主治小儿遗尿。

尿失禁

尿失禁是指在清醒状态下不能控制排尿，而尿液自行排出的病症。多发生于老年人，因老年人脏腑机能衰弱，肾气不固而发病。

治疗

验方

●补骨脂 15 克，羊小肚 150～200 克切碎。煲汤，调味，饮汤食羊小肚。温肾固涩。主治尿失禁。

●白果 5 枚炒熟去壳，覆盆子 10 克，猪小肚 100～150 克切碎。堡汤，饮汤食小肚。温肾固涩。主治尿失禁。

●巴戟 15 克，鸡肠 2～3 副剪开洗净。煲汤，调味，饮汤食鸡肠。温肾固涩。主治尿失禁。

●肉桂 3 克，鸡肝 1～2 副。放炖盅内，隔水炖熟，饮汤吃鸡肝。温肾固涩。主治尿失禁。

●黄芪 20 克，白米 50 克。煮粥食用。补气升提，止遗。主治尿失禁。

●滑石 15 克，上玉桂心（去粗皮）2.4 克。将上药共研细末，开水冲服，空腹服。寒热平调。主治压力性尿失禁，每因咳嗽等用力而致小便不禁流出。

●益智仁 5 克，猪膀胱 1 只。用水 500 毫升，煎取 150 毫升，夜临卧时一次温服。固肾止遗。主治尿失禁属阳虚者，小便清白，小腹发凉，口不渴，脉沉细。

●生黄芪 120 克，生甘草 24 克。水煎服。补气升提。主治尿夫禁属气虚者，乏力明显

●猪膀胱一具。洗净炙干，为末吞服，或煎汤服之。补肾缩泉。主治尿失禁。

●鸡内金一具，鸡肠一具。将二者烧存性，酒服。男用雌鸡之物，女用雄鸡之物。助脾制水。主治尿失禁。

●雄鸡肠一具。煮作粥，和酒服，或水煮汁，日 3 服。助肺通调水道。主治尿失禁。

●雄鸡翎适量。烧研，酒服 6 克。固涩止遗。主治尿失禁。

●胡桃 300 克。煨熟，卧时嚼之，温酒下。补肾缩泉，主治尿失禁。

●破故纸 300 克，酒蒸，茴香 300 克，盐炒为末。酒糊丸梧子大，每服百丸，盐酒下。温肾固涩。主治尿失禁。

●猪肾一个。米糠裹煨熟，食之。补肾强腰。主治尿失禁。

●香菇 100 克，瘦猪肉 100 克，黄酒 50 克，酱油、白糖、细盐、味精、食油、湿淀粉适量。按做菜方法即可。益气助食。主治尿失禁。

●牛肺 150～200 克，糯米适量。文火焗饭，饭熟入姜汁 150 毫升拌服。补肺气，止遗尿。

●猪肺 250 克，党参 20 克，杏仁 10 克。煲汤，调味饮汤食猪肺。补益肺气。主治止遗尿。

急性肾炎

急性肾炎的发病多与溶血性链球菌感染有关。一般起病急，有全身感染症状，尿路刺激症状及脓尿等。起病急骤，有畏寒或寒战、高热，伴有全身无力、食欲不振、恶心、呕吐、腰痛、尿急、尿频、尿痛，排尿时可伴有下腹痛和尿道烧灼感。急性肾炎以浮肿、血尿、少尿、血压升高为特点，并伴有恶心、呕吐及头痛、发热等，起病前 1～3 周多有上呼吸道感染史。

治疗

验方

●党参、菟丝子、丹皮、蒲公英各 15 克，泽泻 10 克，益母草 10 克，知母 15 克，黄蔑 20 克，茅根 50 克。每日 1 剂，水煎服。主治急性肾炎。

●麻黄、杏仁各 15 克，石膏、茯苓皮、茅根各 50 克，甘草、生姜皮各 10 克，桑皮 20 克，车前子 30 克，丹皮 30 克，黄瓜皮 40 克。每日 1 剂，水煎服。治阳水。主治急性肾炎、阳水。

●黄瓜皮 100 克。将老黄瓜取下后水煎服，每日 1 次。主治阳水。

●新鲜葎草 200 克。每日 1 剂，水煎服。主治肾性水肿。

●麻黄、细辛，杏仁、葶苈子、椒目各 20 克，商陆、水蛭各 15 克，二丑 40 克，冰片 5 克。以上各药共研为粗末，冰片待用时调匀于药末之中，将药装入布袋内平敷于腰部肾区，再以热水袋加温于药袋之上以助药力，以三日一剂为宜。主治急性肾炎。

●黄芪 100 克，孩儿茶 15 克，防风 20 克，白术、附子、细辛、官桂、吴茱萸各 20 克，生姜 30 克，狗脊 30 克。上药共研粗末，将药装入布袋内，紧缚腰部肾区，药物每周更换一次。主治急性肾炎。

●茯苓连皮、山茵陈、炒神曲各 6 克，猪苓、泽泻各 4.5 克，苍术（米泔水炒）、焦山栀、通草各 3 克，萆薢 6 克，豆卷 6 克，赤小豆 6 克。每日 1 剂，水煎服。主治急性肾小球肾炎。

●丹参 50 克，川芎 15 克，赤芍 15 克，红花 10 克，益母草 30 克，白茅根 30 克。每日 1 剂，水煎服。主治急性肾炎。

●荆芥、防风、大力子、当归、苍术各 10 克，蝉衣、生甘草、木通各 5 克，苦参、生地、茺蔚子各 10 克，知母 5～10 克，石膏 20～30 克。每日 1 剂，水煎服。水肿明显加茯苓皮 15 克，车前子 10 克；疮疡加紫花地丁 20 克，蒲公英 15 克。主治急性肾炎。

●生姜皮 12 克，冬瓜皮、车前草各 15 克。水煎服。主治急性肾炎。

●大蒜 2～3 个，蓖麻子 70 粒。合捣，敷足心，每 12 小时换药 1 次，连用 1 周。主治急性肾炎。

●黑鱼 1 条，茶叶 6 克。黑鱼去内脏，茶叶纳入鱼腹，文火煮 1 小时，喝汤吃鱼。主治急性肾小球肾炎水肿及其他原因所致水肿。

●绿茶 1 克，鲜白茅根 50～100 克，鲜车前草 150 克。后二味加水 300 毫升，煮沸 10 分钟，加绿茶，分 2 次服，日服 1 剂。主治急性肾小球肾炎。

●茶叶、车前子各 9 克，鲜鲫鱼 1 尾。前二味入已去内脏的鱼腹中，用纸包好，外涂黄泥，文火烧焦，去泥，把鱼研成细粉，每次服 1 汤匙，每日 2 次，黄酒冲服。主治急、慢性肾小球肾炎。

●商陆、泽泻各 15～30 克，生韭菜 12～24 克。浓煎温服。主治逐水消肿。

●滑石 300 克，甘草 50 克。均研为末，日服 3 次，灯芯、竹叶、通草各 15 克，水煎 200 毫升，三次服用。主治清热利湿。

●白花蛇舌草、白茅根、旱连草、车前草各 9～15 克。水煎服，日一剂。清热利水消肿。

●车前草（带籽）、玉米须（柱头）、旱莲草、小青草各 15 克。水煎服，日一剂。尿红细胞多者，旱莲草增至 30 克；全身浮肿及重度蛋白尿者，车前草、小青草增至 30 克；高血压者，玉米须增至 30～60 克。利水消肿。

●西瓜汁、藕汁、苹果汁各适量。3 汁同煮汤。每日 3 次，随量饮服。清热利尿，消肿。主治小儿急性肾炎。

●桑白皮 30 克，白菊花 9 克，绿豆 60 克。上 3 味同煎，日一剂。清肺利尿，消肿。主治小儿急性肾炎。

慢性肾炎

慢性肾炎是慢性肾小球肾炎的简称，为多种病因引起的肾小球慢性外特异性炎症，属于变态反应性疾病。本病病期冗长，主要以全身浮肿、少尿、蛋白尿、管型尿、血尿、腰痛、血压持续升高及不同程度的肾功能损害为其特征。

治疗

西药

肾病型和普通型蛋白尿较多者，常选用强的松、地塞米松、环磷酰胺、硫唑嘌呤和噻替哌等，在使用上述药物过程中，出现氮质血症、血压升高时，应立即停药。水肿明显者，可选用双氢克尿噻、安体舒通、氨苯喋啶、速尿等利尿药；贫血者，可用氯化钴。

中成药

●四肢头面浮肿、身重、疲乏、饮食减少、大便稀烂、小便短少、恶心呕吐者，可选用五苓散、补中益气丸。下肢浮肿、腰酸、腿酸、怕冷、体倦、神疲、头晕、眼花、遗精、带下，食欲减退者，可用肾气丸。

验方

●党参、黄芪各 15 克，生（熟）地、山药各 20 克，山萸肉、丹皮、泽泻各 10 克，茯苓、芡实、车前子（包煎）、石苇各 15 克，金银花 10 克。水煎服，每日一剂。如尿中有红细胞，加茜草 15 克，白茅根 30 克；腰膝酸软疼痛者，加菟丝子 20 克，川断 10 克。

●大黄 1～3 克，鸡蛋 1 个。将大黄研细面，把鸡蛋打一小孔，将大黄面装入混匀，外用数层湿纸或白面糊包住烧熟，每天吃 1 个，直至痊愈。主治肾病综合症。

●杞果、菟丝子各 500 克，覆盆子、霜椹子、车前子各 250 克。五昧 100 克。上药共研细面，炼蜜为丸，每丸 15 克，早晚各服 1 丸，白开水送下。主治慢性肾炎。

●枸杞子 25 克，茯苓 40 克，栀子 15 克，瞿麦 25 克，桂圆肉 25 克，泽泻 15 克，黄柏 15 克，银花 15 克，丹参 20 克，丹皮 15 克，通草 15 克，连翘 25 克。每日一剂，连服三日停一日，水煎服。主治慢性肾炎。

●锦灯笼 5 个，木瓜片 4 片，大枣 10 枚，车前草两棵。水煎服，每日一剂，连服 7 服。后改为隔日 1 剂。主治慢性肾炎。

●乌鱼 500 克，冬瓜 1500 克，大葱 5 节，红小豆 50 克。上药加水 5 碗，煮至 3 碗，吃鱼喝汤，盖被出汗。主治慢性肾炎。

●黄芪 24 克，党参、熟地、山药各 30 克，山萸肉、桂枝、甘草各 9 克，枸杞、茯苓、白芍各 15 克，当归 12 克，白术、五味子各 9 克。每日 1 剂，水煎服。主治慢性肾炎。

●党参 5 克，白术、川朴、木香、车前子（包）各 9 克，茯苓、泽泻、大腹皮各 15 克，附子、肉桂各 6 克。每日 1 剂，水煎分 3 次服。主治脾肾阳虚、水湿内停。

●附子、白术、白芍、猪苓各 20 克，茯苓、黄芪各 30 克，肉桂、甘草各 10 克，车前子、泽泻各 40 克，破故纸、生姜各 15 克。每日 1 剂，水煎分 3 次服。主治阴水。

●黄芪 30 克，白术 15 克，防己 15 克，茯苓 15～30 克，泽泻 15 克，益

母草 30 克，丹参 15 克，乌梅炭 10 克，蝉衣 15 克。每日 1 剂，水煎眼。主治肺脾气虚型。

●生地 30 克，知母 15 克，女贞子 15 克，枸杞子 15 克，怀牛膝 15 克，野菊花 10 克，生石决明 30 克（先煎），益母草 30 克，丹参 30 克，蝉衣 15 克，每日 1 剂，水煎服。主治肝肾阴虚型。

●陈蚕豆（数年者最好）120 克，红糖 90 克。将蚕豆带壳，和红糖放砂锅中添清水 5 茶杯，以文火熬至一茶杯，分数次服用。一般在早上空腹时食，分 5 天饮完。

泌尿系统感染（淋症）

泌尿系统感染又称尿路感染，为肾盂肾炎、膀胱炎、尿道炎的总称，本病主要由细菌感染引起。主要症状是尿频、尿急、尿痛，偶有血尿，或伴有腰部酸痛。急性期多见恶寒、发热，慢性期可见低热。

治疗

验方

●绿茶 1 克，鲜车前草 150 克。车前草加水 500 毫升，煮沸 5 分钟，加入绿茶，分 3 次服，日服 1～2 次。主治前列腺炎。

●牡蛎（童便制）、大蒜各适量。牡蛎研为细末，同蒜共捣如泥，贴敷患者脐孔，纱布覆盖，胶布固定，每天换药 1 次至愈为止。主治尿中白浊，小腹坠胀，尿意不畅，或进油腻则发作加重。

●青茶叶 6 克，通草 1 克，灯芯草 0.6 克。沸水冲泡，顿服。主治急性尿路感染，小便淋涩不畅。

●绿茶 1～1.5 克，沙梨 200～250 克。沙梨洗净切片（连皮），加水 1000 毫升，煮沸后加入绿茶即可，日服 1～2 剂，分 4 次温饮，或用沙梨适量（约 500 克）洗净，榨汁，调茶汤饮。主治泌尿系感染发热。

●茶叶 30 克，海金砂 60 克，生姜、甘草适量。共研细末，生姜、甘草适量煎汤调服，10 克顿服。主治急件泌尿系感染，小便不畅。

●茶叶 5 克，竹叶 10 克。沸水冲泡，每日代茶饮。主治急性尿路感染，小便淋漓涩痛不畅。

●丝瓜子 9 克，黄酒适量。焙干研末，黄酒送服，每日 1 次或分 2 次服。主治肾盂肾炎。

●绿茶 1 克，金钱草 30 克，甘草 5 克。加水 500 毫升，煮沸 5 分钟，分 3 次温饮，日服 1 剂。主治膀胱炎。长期服用如有头晕、心悸，应补充钾盐，并配伍金樱子 15 克，芡实 25 克煎服。

●新鲜生姜 1 块。切去两侧生姜皮，放在骶椎旁 1 厘米处左右各 1 块，放上艾绒点燃灸 3 壮。主治慢性前列腺炎。

●甘草梢、黄连、香附各 1.5 克，白木通、竹叶各 3 克，细生地、藕节各 9 克，焦栀子、丹皮（炒）各 2.4 克。每日 1 剂，水煎服。主治膀胱炎。

●大蓟、小蓟、生地、生蒲黄（包）各 12 克，木通 7 克，滑石 15 克，车前子 15 克，红藤 20 克，鸭跖草 20 克，生草梢 5 克，白茅根 30 克。每日 1 剂，水煎服。主治泌尿系感染。

●蒲公英、生栀子、黄芩各 15 克，益母草、车前草、金钱草、旱莲草、地锦草、萹蓄各 20 克，白茅根 30 克，甘草梢 6 克。每日 1 剂，水煎服。主治急性泌尿系感染。

●金银花、金钱草、车前子、白茅根、蒲公英、地丁草、生地榆、生黄柏各 15 克，甘草梢 6 克。每日 1 剂，水煎服。治热淋。高热加柴胡 12 克，青天葵 12 克，黄芩 15 克。主治泌尿系感染。

●金银花、蒲公英、紫花地丁各 30 克，萹蓄 15 克，车前子、瞿麦、滑石各 12 克，栀子 10 克，大黄 6 克，木通 5 克，生草梢 5 克。每日 1 剂，水煎服。主治急性肾盂肾炎。

●桃仁 9 克，大黄 12 克，桂枝 6 克，甘草 6 克，芒硝 6 克（后下）。大便稀去芒硝，尿急尿频重者加滑石 10 克，少腹拘急明显，加重桂枝用量或加

召乌 10 克。每日 1 剂，水煎服。主治慢性肾盂肾炎。

●榕树须（以条细色红褐者为佳）30 克，冰糖适量。煎水饮用。清热利湿，通淋。主治淋症。

敷贴法

●生葱白 3～5 茎、生白盐少许。二味混合，捣融如膏。取药膏如枣大一块，放胶布中间，贴敷在神阙、小肠俞、膀胱俞上，1 穴 1 张，l 日换药 1 次。

●地龙 1 条、蜗牛 1 个。上药共捣烂，用温水洗净脐部皮肤，将药敷脐，每日换 1 次，10 次为 1 疗程。

●莴苣 1 把。上药捣烂敷脐部，日 1 次。用鲜品治疗本病更佳。

●虎杖根 100 克，乳香 15 克，琥珀 10 克，元寸 1 克。以鲜虎杖根和诸药混合，捣融如膏（如无鲜虎杖根，可取干品粉碎为末，过筛，用葱白和诸药捣融如膏用）。取药膏如枣大，放于胶布中间贴敷在神阙、膀胱俞、肾俞穴上，1 穴 1 张，每日换药 1 次。

敷脐法

●鲜绞股兰适量。上方捣烂如糊状，敷肚脐处，1 日 3 次。主治尿道炎。

●地龙 1 条，蜗牛 1 个。上方共捣为糊，用温水洗净脐部皮肤，将药糊敷之，每日换药 1 次，10 次为 1 疗程。主治膏淋、血淋。

●鲜车前草 90 克，带须葱白 60 克，食盐 15 克。上方共捣如糊，炒热，敷脐部，凉了再炒再敷，至小便通利为度。主治尿道炎。

贴脐法

●莴苣菜 1 握，黄柏 100 克。莴苣菜拭去泥土，不用水洗，和黄柏混合，捣融如膏，取药膏如枣大 1 块，放于 6～8 平方厘米胶布中间，贴于神阙、小肠俞、膀胱俞穴位，每穴 1 张，1 日换药 1 次。主治血淋。

●葱白（带须不洗，擦去土）1 握。上方捣融如膏，取药膏如枣大 1 块，贴于神阙穴，盖以纱布，胶布固定，1 日 1 换。主治急淋。

●芒硝 30 克，冰片 10 克（或大葱 30 克），共研细末，装入纱布袋内，外敷神阙及脐下丹田穴。主治尿道炎。

●白矾适量。研为细末，加小麦面粉或大葱，贴神阙穴。

填脐法

●萹蓄 3 克，大黄 2 克，木通 2 克，瞿麦 6 克，葱白 5 支（带须，去土，勿洗）。共捣烂为膏，用时取药膏如枣大 1 块，贴放于脐部，上盖纱布、胶布固定，1 日 1 换。主治尿路感染，小便黄赤，尿时涩痛，尿热、尿频、尿急等。

●麦迪霉素 2 克（约 20 片），呋喃妥因片 1.5 克，三黄片 20 克。共研细末，每次取药末 0.3 克填脐中，外用胶布封固，每天换药 1 次。主治尿路感染。

●胡椒 7 粒，麝香 0.6 克。共研末，填于脐中，外以胶布固定。主治慢性肾盂肾炎。

熨脐法

●小茴香、白盐、大葱各 15 克。将葱炒热放于肚脐上，茴香和白盐炒热放在肚脐周围热敷或熨之。主治小便不利，肚腹胀痛。

灸脐法

●青盐（或蒜或葱）适量，麝香少许。上方前者研碎或捣泥，入麝香，

填脐窝，艾条灸 20～30 分钟。主治淋证（虚证、尿痛等）。

敷灸法

●神阙穴。按敷灸法常规施术。取地龙 1 条，蜗牛 1 个，共捣烂，用温水洗净脐部皮肤，将药敷脐，每日换 1 次，10 次为 1 疗程。主治膏淋、血淋。本方药物需鲜品。

●神阙、膀胱俞、肾俞穴。按敷灸法操作。取虎杖根 100 克、乳香 15 克、琥珀 10 克、元寸 1 克。以鲜虎杖根和诸药混合，捣融如膏。取药膏如枣大一块，放于胶布中间，贴敷穴位，1 穴 1 张，每日换药 1 次。主治石淋、血淋。如无鲜虎杖根，可取干的粉碎为末，过筛，用葱白和诸药捣融如膏用。

腹胀

腹胀是指脘腹及脘腹以下的整个腹部胀闷不舒的一种症状。多由情志不舒、肝脾不和、脾胃虚弱、饮食不节，起居失调以及外伤、术后等因素所致。症状为腹部胀满或胀大，叩之如鼓，伴有食欲不振、食少饱闷、恶心嗳气、四肢沉困等症。

治疗

验方

●大麦须 30 克。取陈者大麦须加水煎 30 分钟，一次服下。泄气消胀。主治气臌。

●蔓菁子 30 克。将蔓菁子捣烂加水研，滤取汁，顿服。主治腹胀满不适者。

●鳖（甲鱼）l 只，槟榔、蒜各 20 克。鳖去头及内脏，洗净切块，加槟榔和蒜共煮熟，食肉饮汤，可分 5 天食完。滋阴散结。主治腹臌胀症。

●莱菔子 90 克，砂仁 60 克，萝卜汁 500 毫升。用生萝卜汁约 500 毫升浸砂仁一夜，取出晒干，以后连晒七、八次，和莱菔子研成细末，每服 5 克，用米汤饭前调服。醒脾行气。主治肝硬化腹胀。

●嫩花椒不拘量。将嫩花椒泡入咸菜缸中，泡熟后当咸菜吃，多吃则气从上散，胀可除根。辛酸两和，散气消胀，健胃杀虫。主治腹胀日久不愈。

●盐橄榄 30 枚，生姜 5 片。先将盐橄榄煅炭，研细末，再将生姜煎汤，冲盐橄榄 7.5 克服，一日 3 次，饭后服。连服 2～3 天为一疗程。温中下气除胀。主治气滞腹胀。

●猪油，姜汁各 1000 克，酒 100 克。生姜捣烂取汁与猪油微火缓煎，加酒搅匀后分服。下气消痞。主治胸腹痞满。

●槟榔 6 克，山楂核 5 克，莪术 10 克。三者加水 2 碗，煎至大半碗，顿服，日 2 次。行气化痰，活血消食除胀。主治痰食积聚，胸腹胀满等症。

●生姜 500 克，川朴 100 克。生姜洗净捣烂取汁，将厚朴浸入其中 3 天，取出厚朴焙干研末，每服 5 克，陈米汤送服。行气除胀。主治实胀，气机阻滞，脘腹胀满。

●白椿树二层皮 30 克。取白椿树二层皮，用香油或其他食油炸后，泡茶喝。行气消胀。主治腹部胀气。

●葫芦 1 个，砂红 20 克。将砂仁装入葫芦内，水煎 1 小时，顿服，日 1 次，第 2 日再煎后换药。行气健脾。主治气滞腹胀。

敷贴法

●白芥子、苏子、香附子、萝卜子、山楂子各等挝。将以上诸药炒研细末，调匀，敷贴于脐部，覆以纱布，胶布固定，每日换 1 次。主治腹胀。

●大黄 60 克，巴豆（去壳）15 克，牙皂 45 克，枳实 20 克，莱菔子（炒）120 克，琥珀 30 克，沉香 15 克，姜皮取汁适量。诸药粉碎为末，过筛后以姜皮汁和药末如梧桐子大。将药丸 3 粒粉碎，撒于 4 平方厘米胶布中间，贴在神阙、中院、关元、气海上，每穴 1 贴，1 日 1 换。主治气臌、水臌、血臌。

●鲜橘叶 100 克，小茴香 30 克，效皮 30 克，食盐 50 克。将橘叶、小茴香捣粗末后加入麸皮、食盐、炒热装入纱布口袋，外敷于脐部 3～4 小时。主治中毒性肺炎、小儿肠炎、小儿中毒型菌痢所致肠麻痹之腹胀。

●冰片 1 克，葱白 50 克，生姜 50 克，将冰片碾碎末置于脐孔内，葱白、生姜捣烂炒热，布包敷于脐腹中。主治小儿中毒性肠麻痹之腹胀。

●大蒜头、车前草各 25 克。将二味洗净，捣烂后贴肚脐上，一日一换。清热利湿，温中行气，主治气臌、水臌。

●丁香少许。将上药晒干后，研为细末，以适量黄酒调匀，敷于脐上即可。温中降逆，下气除胀。主治气滞腹胀。

●白芥子 30 克，公丁香 10 克，肉桂 10 克，白胡椒 30 克。上方共研细末，将药粉分为 3 份，每次取 1 份，醋调外敷脐周，2 小时换药 1 次。主治腹胀。

●竹叶、防风、吴萸子各适量。上方共捣烂为糊状，敷于脐上，固定。主治腹胀痛。

●大蒜 30 头，葱 30 根。将二者洗净，入砂锅内熬 1 小时后去渣，再熬成膏排布贴肚脐上，一日一换。温中散寒，行气消胀。主治腹胀属寒性者。

●生姜。捣烂，炒烫装袋熨腹部。主治腹胀。

●葱白、生姜、胡椒、鸡蛋、酒曲。前 3 药捣烂，酒曲研末，打入鸡蛋，油煎成饼，贴于胃脘处。主治腹胀。

●厚朴、枳实各等份。将上药混合，研为细末，用 60%的酒精提取有效成分，取适量纳入神阙穴，外用胶布固定，7 天换药 1 次。主治腹胀。肝胃不和加香附；脾胃不和加生姜汁；寒邪腹胀加葱汁；郁症腹胀加柴胡。

●炒艾叶 30 克，广木香、台乌药、松节、川椒、大黄、元明粉、胡椒、蓖麻子各 9 克，丹参 12 克。将上药加水 500 毫升煎至 150 毫升，用纱布缝成口袋将煎好的中药渣装在纱布口袋中，敷在整个腹部，用煎好的中药水随时浸湿纱布口袋，如患者不发热，可用温好的中药水剂浸湿纱布口袋热敷，持续 2～3 小时。主治肺炎、中毒型菌痢等引起的高度腹胀。

●猪肝半个，鸡内金 9 克，陈香橼 9 克，砂仁 3 克，沉香 3 克，生姜 60 克，大蒜 3 瓣。上药共捣碎，做成饼状贴脐眼。主治腹胀。

●巴豆霜、广木香、甘遂各等份。将上药混合粉碎为极细末，每次取药末 5～10 克，放在神阙穴，覆以纱布，胶布固定。1 日换 1 次。主治腹胀。

●肉桂、吴英各等份。上方共研细末，用适量凡士林调成膏状，用时将适量药膏涂于纱布中央，约长宽各 2 厘米大小，稍烘加热后对准脐部贴敷，24 小时换药 1 次。主治阑尾切除术后之腹胀。

●白芥子 30 粒，白胡椒 15 粒，麝香 0.9 克。先将前 2 味共研细末，与麝香混匀，贮瓶备用。用时取药末三分之一量，用蒸馏水调成膏状，放入患者洗净的肚脐中，用纱布敷盖胶布贴 2 层固定之。10 天后重新洗换药，3 次为 1 疗程，疗程间隔 1 周，一般 2 个疗程即可。主治各种原因引起之腹胀、腹水。

填脐法

●厚朴、枳实各等份。上方共研粉，瓶装备用。肝郁加香附或柴胡；痰饮加半夏、茯苓。用时每次取 2 克药粉填放脐中，或者用姜汁、葱汁、黄酒等调敷脐中，外用胶布固定，每周换药 1 次，连用 4～6 次。主治肝胃不和、脾胃虚寒等病所致腹胀。

●独头大蒜。煨热去皮，绵裹塞肛门，凉即换。主治腹胀。

熨脐法

●鲜艾叶 50 克，鲜牡荆嫩叶 50 克，茶油 10 克，盐少许。上方共为成人

1 次药量，儿童用量酌减。用时先将鲜艾叶和鲜牡荆叶捣碎，放铁锅内加茶油、盐，用文火炒热，放大块纱布中包裹成如拳头大，放脐窝上，外以绷带固定，冷时取下再炒热重复使用，连用 2～3 次。主治腹胀。

●生姜 2S0 克。将鲜生姜捣碎，挤出姜汁，炒烫后装入布袋，热熨腹部。待凉后，兑入姜汁，再炒烫，复熨之，每日 2～3 次。主治感受寒凉，腹胀肠鸣。

●冰片 0.2 克，松节油适量。将冰片研为细末，纳入脐中，用胶布固定，上用松节油热敷（或用热水袋热敷），每次 30 分钟，每日 1 换。主治实滞腹胀。

灸脐法

●生五灵脂 24 克，生青盐 15 克，乳香 3 克，没药 3 克，夜明砂（微炒）6 克，地鼠粪（微炒）9 克，木通 9 克，干葱头 6 克，麝香少许。共研细末备用，施灸时取面粉适量，用水调和作圆圈置于脐上，再将药末 6 克放在脐内，另用槐树皮剪成一个圆币形，将脐上的药末盖好（封好用面粉做成的圆圈），上置艾炷，1 岁 1 壮，灸治次数可根据腹胀轻重而定。主治脾胃虚弱所致的腹胀。

灸治法

●天枢（双）、上巨虚（双）穴。按艾炷隔物（药饼）灸法施术。将药饼置穴位上，上放艾炷点燃施灸，至局部皮肤微红充血以能忍耐为度。每日 1～2 次，灸治次数根据病情，轻青少灸，重者多灸。主治腹胀。此法多用于治疗术后腹胀。药饼制备：葱白 120 克、食盐 30 克共捣如泥膏，制成饼状，厚约 0.8 厘米左右。

●神阙穴。按艾炷隔物（药粉）灸法操作。施灸时取面粉适量，用水调和作圆圈置于脐上，再将药末 6 克，放在脐内，另用槐树皮剪成一个圆币形，将脐上的药末盖好（封好用粉做成的圈），上置艾炷，l 岁 1 壮，灸治次数可根据腹胀轻重而定。主治腹胀。①此法可用于脾胃虚弱所致的腹胀。②药粉制备：生五灵脂 24 克，生青盐 15 克，乳香 3 克，没药 3 克，夜明砂 6 克（微炒），地鼠粪 9 克（微炒），木通 9 克，干葱头 6 克，麝香少许。

艾卷灸

●胃俞，脾俞、中脘、天枢，足三里等穴。按太乙神针灸法施术。每天施灸 1 次，每次每穴 5～10 壮，10 次为 1 疗程。主治腹胀。

敷灸

●神阙。将厚朴、枳实各等份混合，研为粗末，用 60%的酒精提取有效成份，取适量纳入穴中，外用胶布固定，7 天换药 1 次。主治腹胀。临床应用时可根据病情加减：肝胃不和加香附；脾胃不和加生姜汁；寒性腹胀加葱汁；郁证腹胀加柴胡；痰浊中阻腹胀者加香附，半夏、茯苓、陈皮、生姜汁调成膏外敷。

●神阙穴。将冰片 0.2 克研成细末，纳入脐中，用胶布固定，上用松节油适量热敷（或用热水袋热敷），每次 30 分钟，每日 1 换。

主治腹胀。此法多用于实滞腹胀。

●中脘穴。将大蒜 10 克捣烂，用纱布 2～4 层包裹，敷压在中脘穴上，待局部皮肤发红、起泡，有灼烧感时去掉（一般要保持 2 小时），洗净蒜汁，l 日 1 次。主治腹胀。本疗法多用于治疗胃肠功能紊乱所致的肠胀气。

火罐法

●主穴：肾俞、大肠俞、神阙、天枢、中院、关元。配穴：足三里。先在背部俞穴处拔 2～4 罐，腹部诸穴拔 4～5 罐，其中关元穴先针刺后拔罐。配穴可拔 1～2 罐。留罐时间均为 10～15 分钟。主治术后腹胀。应注意腹胀的性质，如果伴有恶心、呕吐、不放屁、腹部有压痛，可考虑是否发生术后肠梗阻。

闪罐法

●中脘、天枢（双）、关元等穴。将 95%酒精用铁丝棒醮好，在酒精灯上点燃，往 2 号玻璃罐里一闪，立即闪扣在穴位上，又马上起罐。如此连闪连扣，每穴闪扣 20 下，留罐 3 分钟，依次将 4 个 2 号玻璃罐分别扣拔在上述 4 个穴位上，即中脘、关元各 1 罐、天枢 2 罐。4 穴共扣闪 80 下。留罐 3 分钟后，一同起罐。再以前法续作 2 次，前后共计连续闪罐 240 下。主治术后腹胀。

烟熏法

●猪牙皂 60 克。用 1 尺高煤炉 1 个，放炭烧着，将猪牙皂捣开，不要大碎，放文火上烧烟。令患者将肛门对准烟上熏，约 10～15 分钟即有肠鸣声。如未见效，再依上法及药量继续熏 1～2 次。主治肠梗阻与肠扭转所致的腹胀腹痛。

灌肠点滴法

●川朴、炒莱菔子、枳壳、桃仁、赤芍、大黄（后下）、芒硝（兑入）各 15 克。上药加水煎至 250 毫升，盛入输液瓶内，每剂两煎，取液 400～500 毫升，兑入芒硝。病人取侧卧位，肛管插入肛门约 10～20 厘米深，以 60～80 滴/分滴入，滴完后安静平卧，若有便意即排便，若肛点后仍未排便（超过 10 小时），可再点滴 1 次，至通气排便止。主治术后腹胀。药液要新鲜配制，温度在 38～40℃为宜。对完全性肠梗阻、妊娠、肛门直肠术后，肛门感染或内痔出血的术后腹胀禁用，极度衰竭的病人慎用。

中 毒

中毒是指使用有毒物质不当或食入毒物后引起的机能性和器质性病变，包括食物中毒、药物中毒、煤气中毒、金属中毒及其它有害物质中毒等。

治疗

验方

●茶叶。浓煎，日服 3～4 次，每次 5～10 毫升，辅以一般处理。主治中毒性消化不良。

●酒适量。热饮之。主治误食桐油，吐不止。

●米醋。饮服即解。主治食花椒中毒。

●大蒜适量。每次食 3～5 瓣，每日 3 次，主治误食川椒中毒闭口者。

●蒜。煮食。主治闭口椒毒。误食花椒闭口者有毒，能杀人。即使开口者，药中食中用之太过，中其毒亦可杀人，性热故也。

●生姜适量。捣烂取汁，顿服。主治食鸠中毒、食竹鸡毒、食鹧鸪毒、中诸药毒、狂犬伤人。

●甘草 15 克，姜汁 15 毫升。水煎浓汁服。主治百部中毒。

●干姜 30 克。水煎服。主治南星中毒。

●大蒜、食盐、醋。捣如泥，加盐、醋调和。主治面毒。

●浓茶 1 杯，白糖适量。搅匀服。主治香烟中毒。症见头晕头痛，胸闷，疲倦多汗，恶心呕吐、失眠。

●白蜂蜜，芝麻各适量。嚼烂慢慢咽下，宜大量服。主治密陀僧中毒，症见流涎、恶心呕吐、腹痛、腹泻、胃肠出血、烦躁、头昏、乏力，出血性休克、肋痛、贫血、肝大、黄疸。

●食醋一大碗。灌服。主治七叶一枝花中毒，恶心呕吐，头痛痉挛。

●糖、浓茶。调匀后大量饮服。主治芦荟中毒。症见恶心呕吐，严重腹痛，腹泻，便血。可致胃炎、肾炎，孕妇流产。

●生姜 15 克，红糖适量。共捣烂，沸水冲泡温服。主治商陆中毒。症见恶心呕吐、腹泻、头痛发热。孕妇可见流产、早产。严重时四肢抽搐，躁动，昏迷，瞳孔散大。因心脏呼吸麻痹而死亡。

●生姜 10 克（捣烂），白矾 9 克（研末）。共调匀服。主治独角莲中毒。症见咽喉的痛，言语不清，吞咽困难，舌动不灵，脸色苍白，呼吸不规则，严重时痉挛。

●生姜汁 10 毫升。开水冲服。主治南星中毒。

●大蒜适量。煮汁饮之。主治食蟹中毒。

●生姜 30 克，丁香 2 克。将丁香研为细末，生姜汤送服。主治食蟹中毒。

●地浆、生姜汁各适量。顿服。主治食芋中毒。

●姜汁适量。温开水冲服。主治食雉子中毒。

●生姜汁适量。顿服。主治莴苣中毒。

●干姜 30 克。水煎服。主治莴苣中毒。

●好醋 2 杯。饮服。主治饮酒中毒。

●大蒜头 1 个，雄黄 1 克。共捣烂，温开水冲服。主治八目鳗鱼中毒，症见严重出血性腹泻。

●食醋 50～100 毫升。含漱并饮服。主治天南星中毒。

●生姜。水煎冷服。主治半夏中毒。

●生姜 9 克，红糖适量。共水煎服。主治曼陀萝中毒，有烦躁、兴奋，瞳孔散大，心动过速，诣语，抽搐，昏迷表现。

●浓茶水 1 碗，白糖适量。搅匀服。主治苍耳子中毒。轻者乏力、精神萎靡，头昏，头痛，食欲不振，恶心呕吐；严重者于发病后 1～3 天出现烦躁、嗜睡、昏迷，惊厥、心率快、心律不齐、黄疸、肝肿大，可见肝、肾功能衰竭或呼吸中枢麻痹而亡。

●生姜 30 克，金银花 50 克，甘草 30 克，共水煎服。主治石蒜，大一枝箭中毒。见有恶心呕吐，腹泻流涎、舌硬直，严重者惊厥，四肢发冷，休克或因呼吸中枢麻痹而亡。

●浓茶或稀醋酸、温水、淡盐水。大量饮服。主治石蒜，大一枝箭中毒。见有恶心呕吐，腹泻，流涎，舌硬直，严重者惊厥，四肢发冷，休克或因呼吸中枢麻痹而亡：

●茶叶 50 克。水煎，送服食豆腐 3 块。主治曼陀萝花中毒。

●黄连、干姜等份。为末，每服 3 克。主治巴豆中毒。

●茶叶 30 克，牛奶 500 毫升。茶叶泡成浓茶，与牛奶一起交替连续服用。主治急性汞中毒（水银中毒）。

●牛奶 1 杯，浓茶半杯。兑服。主治汞中毒。

●大蒜 10 克。将大蒜捣烂冲水眼。主治铅中毒，见有脸色苍白，四肢无力。

●葱白适量。将葱白切碎，煎取浓汁饮之。主治金银中毒。

●芝麻油 30 毫升，蜂蜜 30 毫升。将上述二味拌匀，1 次服完，可连续服之。主治铅中毒。

●浓茶水、醋各 1 碗。混合，分 3 次灌服，主治煤气中毒。

●浓茶、好醋各 1 碗。分 3 次服下，每 30 分钟 1 次。主治煤气中毒。

●浓茶。灌服。主治煤气中毒。

●浓茶叶、石菖蒲各适量。大量饮服。主治煤气中毒病人苏醒后恢复时用。

●食醋 50 毫升左右。取食醋加入等量开水，缓缓服之。主治煤气中毒。

●猪、牛、羊骨骼（任选一种），白酒适量。烧灰，酒调服。主治用于食果类中毒。

●杨梅、酒。浸泡后食用，每次 2～3 个。主治食物中毒脘腹痛。

●绿茶 3 克，绿豆粉 50 克，甘草 15 克。后两味加水 500 毫升，煮沸 3～5 分钟加入绿茶即可，分 3 次温服，急需时用连皮生绿豆粉，开水泡服，主治药物和食物中毒，铅中毒。

●浓茶。饮服。主治误食有毒金属和碱类植物患者应及时用；预防从事金属工作者微量金属对身体的损害。

●大蒜、黄酒各适量。将大蒜捣烂取汁，以黄酒送服。主治中蛊毒。

●独头蒜 10 枚，燕屎适量。共捣烂为丸，如梧桐子大小，每服 3 粒，温开水送服。主治中蛊毒。

●生姜、儿童小便各适量。同调温服。主治中毒。

●冷米醋，饮服。主治砒霜侵入皮肤引起的中毒。

●绿茶。泡茶长饮。主治吸烟致慢性尼古丁中毒者。

●大蒜头 1 个（去粗皮），食盐适量。共捣烂，温水冲服。主治霉米面中毒，症见恶心呕吐，腹痛腹泻，头昏乏力，面目潮红，狂躁不安，昏迷抽

搐，嗜睡或休克。

●生姜 9 克，食醋 15 克，蒜头 6 克，白糖少许。姜、蒜、糖共捣烂，与醋拌匀绞汁服。主治松花蛋中毒，症见恶心呕吐，腹痛腹泻，吞咽困难，复视，呼吸麻痹。

●紫苏叶 100 克，生姜 15 克。共捣烂，温开水调匀，取汁服。主治鱼、蟹中毒，症见恶心呕吐，心胸烦闷，面肿，腹痛腹泻，心烦意乱，严重时可因脱水过多而休克。

●大蒜头 1 只（去粗皮），马齿苋 250 克。共捣烂，开水冲，连渣服。主治腐肉中毒。症见恶心呕吐，胸隔饱满，烦闷，腹痛腹泻，发热，震颤休克，严重时可由于脱水引起肌肉痉挛，循环衰竭。

●大蒜。煮汁饮。主治蟹毒督乱发狂，吐血或便血、溺血不治可杀人。

●大蒜。捣生蒜入，臭气即为所掩，且不伤人。主治饮食腥膻虫鱼毒，鱼、肉腐败的中毒。

●大蒜。食蒜或每日捣蒜数瓣浸水缸中。主治水毒。春夏大雨暑涨，山中腐草、百虫诸海，流入溪湖或井中，饮之令人腹胀作泄。

●生姜 25 克，食醋 250 毫升。共调匀服。口麻者可含漱后服下，皮肤中毒者，同时用食醋外涂。主治尖尾芋中毒。见有皮肤瘙痒，失明，舌喉麻痹，肿胀、恶心呕吐，严重时窒息或心脏麻痹而死亡。

●生姜 500 克。捣烂绞汁，每半小时服 10 毫升（约 1 汤匙）。

主治白附子中毒。见有咽喉疼痛，口舌发麻，胃部灼痛，腹剧痛、剧吐、面色苍白，呼吸困难，严重时呼吸麻痹而亡。

●蜂蜜 50 克，芝麻油 50 克。兑温开水服。主治草乌中毒。有流涎，口唇麻木，恶心呕吐，严重时视物模糊，吞咽、呼吸困难，肌肉麻痹，血压下降，休克表现。

●生姜 3 克，金银花 50 克，甘草 60 克。共煎服。主治草乌中毒。

●生姜 30 克，白矾 9 克。生姜捣烂绞汁，白矾研末，共调匀服。主治半夏中毒，见有口舌、咽喉灼痛肿大，声嘶，语音不清，吞咽困难，舌动不灵，面色苍白。严重者中枢麻痹死亡。

●生姜 50 克，蜂蜜少许。生姜捣烂绞汁，调蜜含服。主治半夏中毒。

●防风、绿豆各 15 克，甘草 3 克，生姜 9 克。共水煎服。主治天南星毒，口腔粘膜、咽喉部可见白色米粒大之糜烂，咽喉肿大，灼痛、声嘶、语言不清，吞咽困难，舌动不灵，味觉丧失，面色苍白，严重者咽喉痉孪，呼吸中枢完全麻痹而亡。

●绿豆粉 150 克，鸡蛋清 5 枚。将绿豆粉与鸡蛋清调匀，1 次服下。解缓中毒。方中绿豆粉有解毒之功；鸡蛋清有润燥清热之功。两味相台可解红、白砒霜之毒。

●明矾 10 克，鸡蛋清 12 枚。将明矾研细末，与鸡蛋清调匀，灌入患者口中，令其呕吐，吐后再灌入，反复几次即成。排毒物，益肠胃。本方可使毒物吐出，用鸡蛋清保护胃粘膜，以延缓毒物的吸收，为患者赢得送往医院急救的时间。

便 血

便血又称下血、泻血、结阴等。凡血自大便而下，或血便夹杂而下，或先血后便，或先便后血，均称便血。多因胃肠积热或脾胃虚寒，胃肠脉络受损，血液下渗肠道而致。

治疗

验方

●炒地榆 15 克，炒槐米 15 克，炒侧柏叶 30 克，柿蒂炒炭 15 克（研细面冲服）。将前三味药加水 800 毫升，煎取 30D 毫升，分二次温眼，每日一剂。主治便血。

●生绿豆芽、生白萝卜、椿树根白皮各 120 克。将前二药榨取鲜计，加入切碎的椿根白皮及水 500 毫升，水煎至 300 毫升，冲入 50 毫升黄酒，晚上临睡时炖温口服。主治便血。

●大柿饼 1 个，青黛 6 克。将柿饼中间切开，加入青黛夹好，上笼蒸熟为止。待稍凉后即可食用。健脾涩肠止血。主治脾不统血之便血症。

●秋梨 360 克，茶叶 30 克，香椿树根皮 360 克。秋梨洗净切块、去核，与茶叶、香椿树根皮一同水煎，将好时入适量白糖，再稍煮片刻后即可。温眼，日 2 次。清热凉血止血。主治热盛之大便下血。

●金橘饼 5 个，山檀 15 克，白糖 9 克。将金橘饼同山楂共入锅内加水煎煮，10 分钟后入白糖再煮 5 分钟，饮汤食果，日 1 次。收敛止血。主治大便下血。

●绿豆芽 120 克，椿根白皮 120 克，红糖 100 克。将上药共入锅内，加水 500 毫升，煮成 250 毫升，分早晚两次服用。每日 1 剂，可连用 3 日。清热止血。主治便血症。

●木瓜 6 克，蜂蜜 6 克。将木瓜晒干研碎为面，用白开水将蜂蜜溶解，再加入木瓜面，冲服。早晚各 1 次，连续服用。清热利湿，和中止血。主治大便下血症。

●石榴 1 个。将石榴煅炭存性，研末，加红糖适量拌匀，每服 9 克，以开水送服，收敛止血。主治大便下血。

●白果 30 克，藕节 15 克。将二者共研细为末，分 3 次，一日服完。益气清热，凉血止血。主治大便下血。

●茄子 500 克。选细长、色深紫、前籽少的经霜茄子连蒂烧存性，研细末，每晨空腹服 9 克，用黄酒 1 盅送下，连服 1 周。涩肠止血。主治便血。

●黄花菜 30 克，木耳 15 克，头发灰 6 克。将黄花菜、木耳入锅，加水泡发好，再于火上煎煮 30 分钟，取汁送头发灰服下，并吃下黄花菜、木耳。日 2 次。清热补虚，收敛止血，主治便血属体虚者。

●酸枣根 50 克。将酸枣根刮去黑皮，焙干，加水 500 毫升，煎至 100 毫升，温服，一次即止。倘若不止，隔 1 天再服 1 剂。涩肠止血。主治大便前后下血，年久不愈。

●鲜豆腐渣 500 克。将鲜豆腐渣于锅中炒焦，研细，以红糖水送服，每服 10 克，一日 2 次。清热涩肠止血。主治大便下血。

●白芨 100 克，参三七 100 克，乌贼骨 100 克。上药共研成细粉，每日 3 次，每次 5～10 克，温开水送服。同时配服止血 1 号方（黄芪、煅龙牡各 15 克，太子参、乌贼骨各 12 克，白术、当归各 6 克，白芍、阿胶珠、地榆

炭、侧柏炭各 10 克，炙甘草 6 克）水煎 1 日 1 剂，分 2 次服。主治上消化道急性出血所致便血。

熏洗法

●无花果叶 40 克。上药水煎取 1000 毫升，趁热熏肛门痔疮，待水温降至 38℃时，淋洗患处，每日 1 次，5～10 次为 1 疗程。主治痔疮下血之便血。

灌肠法

●云南白药 30 克。将云南白药溶于 150～200 毫升生理盐水中，保留灌肠，每日 1 次，连用 3～5 次。主治原因不明肠出血。

●苦参 10 克，川连 6 克，白芨 30 克，锡类散 2～4 克，仙鹤草 30 克，地榆炭 30 克。上药浓煎取 200 毫升，于每晚 8 时病人解大便后作保留灌肠，每 5～10 分钟移动体位 1 次，10 次为 1 疗程，疗程间隔 2～3 天。主治炎性肠病引起的便血。

消化不良

消化不良为一组消化吸收障碍性疾病的综合病症。即饮食不消，水谷不化，胃肠道功能紊乱的一种病症。多因饮食不节或过饥过饱，或过食生冷油腻不洁之物，损伤脾胃使食物不化所致。症状为食欲不振、腹胀、腹痛、肠鸣、大便溏泻如水，或夹有未消化食物，有酸臭或奇臭等症状。

治疗

验方

●茶叶 9 克，酱油 30 毫升。茶叶加水 1 杯煮开，加酱油煮开，口服，l 日 3 次。主治消化不良，腹痛泄泻。

●蜜桔 1 只，绿茶 10 克。桔挖孔，茶叶塞入，晒干。成人每次 1 只，小儿酌减。主治消化不良。

●茶叶、吴茱萸各 6 克，葱白 2 根，生姜 3 片。水煎服。主治消化不良。

●绿茶 2 克，鲜李子 100～150 克，蜂蜜 25 克。以水 320 毫升煮李 3 分钟，加入茶，蜜。分 3 次服。主治肝硬化引起厌食。

●啤酒 300 毫升。饭后 30 分钟及临睡前饮如上量。30 天为一疗程。主治消化不良。

●陈茶叶一撮，胡椒 10 粒（捣烂），食盐适量。沸水冲服。主治消化不良。

●砂仁 30 克，白酒 500 毫升。捣烂布包，泡酒 7 天，饭后酌饮。主治消化不良。

●陈皮 50 克，白酒 500 毫升。泡 7 天后饮服，每次 1 小杯，l 日 3 次。主治消化不良。

●青梅 30 克，黄酒 100 毫升。隔水蒸 20 分钟。每次饮 10 毫升。主治食欲不振。

●香附根 60 克，白酒、水各 250 毫升。浸泡 5 天，饮之。主治食欲不振。

●杨梅、白酒。杨梅洗净晾干，酒浸泡 3 月。佐餐。主治消化不良。

●草果仁 10 克，白酒 250 毫升。泡 7 夭后饮用。主治消化不良。

●生姜汁 10 毫升，米酒适量。酒加热，注入姜汁服用。主治厌食恶心。

●干姜 60 克，饴糖适量。共研细末，每次服 4.5 克，温开水送服。主治酒食停滞。

●生姜 90 克，葛根 90 克，生石膏 150 克，共研细末，水泛为丸，每次 15 克，温开水送下。主治饮酒过多。

●干姜、吴茱萸各 30 克。共研细末，每次 6 克，温开水送下。主治伤食吐酸水。

●琴鱼 10 克，绿茶 3 克。鱼去鳞杂，微炒，晒干。与茶同泡，饮之。主治消化不良。

●砂仁 30 克，黄酒 500 毫升。研为细末，袋装浸泡酒中 4 天。每次饮 30～40 毫升，1 日 3 次。主治消化不良。

●鸡内金 6 克，干桔皮 3 克，砂仁 2 克，粳米 30 克，白糖适量。先将内金、桔皮、砂仁共研成细末；再用水煮做粥，粥成入三物粉末，加适量白糖。消积导滞，醒脾和胃。主治消化不良症。

●高粱米 50 克，白糖少许。高粱米洗净，加水煮粥至熟烂。健脾益中，渗湿止痢。主治小便不利，小儿消化不良。

气功疗法

●选择安静、空气新鲜处，宽衣解带，身心愉快，解除大小便，刷牙漱口，全身轻松，面带微笑。站立式，两脚与肩同宽。两手自然下垂，再轻轻抬至肩高，然后徐徐放下与乳头平，如抱球状，手心向内，口眼微闭，意守丹田，静站约 5 分钟。咽气：用鼻吸气至口内，口闭严，口腔前半部合紧，将气压至口腔后部，向前伸颈将气咽下，使汩汩有声，连咽 5～7 口。过 5～10 分钟，可连续暖气 2～3 声将气排出。再咽气 2～3 口，静站 3 分钟。运气：第 2 次咽气后静站 3 分钟，然后依次做前后、顺时针、逆时针、上下运气和震颤运气。（1）前后运气。自腰部命门穴，意想内气发动，以意领气前后进退摆动，似有意似无意。务求舒服自然柔和，节奏规则，始终如一。当向前摆时腹外凸。向后摆动时，腹部内凹。如此 50～100 次，然后静站 1 分钟。（2）顺时针运气。以腰为轴，以意领气，从左向右划小圆圈，顺时针转动。腹部可有肠鸣漉漉。要求不急不躁，悠柔自得，轻松自然，初练者当胃内空气向肠管移动时腹部可产生微微疼痛，但过一会即可消失。做 50～100 次，然后静站 1 分钟。（3）逆时针运气。方向相反，方法同上。（4）上下运气。吸气小腹内收，呼气腹部向外突出，此时可能从肛门排气。练 30～50 次，静站 5～10 分钟。（5）震颤运气法。丹田发动震颤先由腹部至胸部，继之全身发颤动，约 50～100 次而后停止，全身轻松，精神饱满。收功：静站 3～5 分钟，气归丹田。可接做全身拍打、太极拳、慢跑等活动。

辅助疗法

●摩腹：坐位，两手搓热，然后相叠，用掌心在脐的周围（一般右手按在左手背上），右边上左边下的方向，分小圈、中圈、大圈各转转摩 12 次。

●搅海咽津：用舌头在牙齿的外上、外下、里上、里下，依次轻搅各 9 次。先左后右，不勉强用力。然后舌抵上腭，注意舌下部位，待唾液增多，鼓漱 10 余下，分 2～3 口咽下。

●左右托天：平坐或盘坐、以一手插腰，一手向上托起，移至双眉时翻手，掌心向上，托过头顶，伸直手臂。同时，两目向上注视手背，先左后右，两手交替进行各 5 次。此法能调理脾胃，助消化。

●和带脉：自然盘坐，两手胸前相握，上身旋转，自左而右转 16 次，再自右而左转 16 次，后仰时吸气，前俯时呼气。

注意事项

本病在练功中应注意饮食调理，一般以高蛋白、高热量、低脂肪为原则。必要时宜素食，忌生冷及刺激性食物，忌暴饮暴食，注意按时进餐，不过饥过饱，以略有饱感为佳。保持心情舒畅，注意保暖，最好不在空腹时练功。胃溃疡病患者不宜练此气功。本病常并发消化系统其他器质性疾病，根据治病求本的原则，应在练功同时兼顾原发病的根治，以促进消化机能的改善。

胃 痛

胃痛又称胃脘痛，是指上腹胃院部近心窝处经常发生疼痛为主症的疾患，俗称“心口疼”。主要是由于受凉，饮食不节、情志刺激、精神紧张、脾胃痉挛、劳累等因素所致。与西医学的急、慢性胃炎、胃及十二指肠溃疡、胃癌、胃神经官能症等病相似。症状为胃脘部疼痛反复发作或骤然疼痛，可有胀痛、冷痛、热痛、隐痛、刀割样剧痛等，常伴有痞闷、暖气、泛酸、嘈杂、恶心、呕吐等症。

治疗

验方

●小茴香 50 克，白酒 500 毫升。浸泡密封 7 天，酌饮。主治胃痛。

●香菜叶 1000 克，葡萄酒 50D 毫升。浸泡 3 天去叶饮酒。主治胃痛。

●生姜 120 克（捣烂），面粉 30 克，蛋清 2 只。调匀贴痛处。主治胃痛。

●生姜 30 克，陈皮 10 克，胡椒 30 克，鲜鲫鱼 250 克。三药布包入鱼腹，炖熟食。主治胃痛。

●栀子、草豆蔻各 31 克，生姜适量。二药共研细末，以姜汁糊为丸，每次服 5 克，1 日 2 次，米汤送。主治郁热胃痛。

●山楂、山楂叶各 15 克，蜂蜜适量。水煎，蜂蜜调服。主治伤食胃痛。

●大蒜，米醋适量。醋煮大蒜，食之。主治胃痛。

●葱白、麻油。葱白捣烂，以勺送入口中，麻油灌服。主治急性胃痛，口紧闭。

●隔年大蒜、麻油。大蒜捣烂取汁，兑入麻油搅匀服。主治胃痛。

●土豆 100 克，蜂蜜适量。土豆捣烂，煎至浓缩，加入蜂蜜再煎至粘稠。冷可食。主治阴虚胃痛。

●生姜、陈皮各 12 克。水煎服。主治胃痛。

●香附 60 克，炮姜 30 克。共研细末，每次 9 克，米汤送。主治气滞胃痛。

●佛手 10 克，生姜 6 克，白酒适量。水煎，加白糖服。主治胃痛。

●地榆 40 克，青楂 64 克，白酒 1000 毫升。浸泡，每次 10 毫升，早晚各服 1 次。主治胃痛。

●核桃青皮果 60 克，白酒 250 毫升。泡酒 8 日，每次饮 4 毫升。主治胃痛。

●杨梅、白酒。泡酒，饮酒食梅。主治胃痛。

●小茴香 60 克，盐 1 碗，葱头数根，生姜 50 克。同捣烂，布包熨痛处。主治胃痛。

●姜汁、红糖。同煮收膏，服之。主治虚寒胃痛。

●芽茶 300 克，檀香、白豆蔻各 15 克，片脑 3 克。共研细末，以甘草膏为丸，细咀嚼。主治胃痛。

●棉花子 21 克，黄酒适量。以水 3 杯煮至 1 杯，加酒半勺服。主治胃痛。

贴敷法

●鲜毛茛适量。将鲜毛茛除去叶茎，留根须，清水洗净阴干，切碎，加入红糖少许（约 3%）共捣如泥状，随即装入空青霉素瓶的橡胶盖凹内，然后敷于胃俞、肾俞穴，15 分钟后，待患者局部有蚁行感，进而产生烧的感时，即可将药弃去。注意局部起泡后勿刺破，待其自行吸收。

●当归 30 克，丹参 20 克，乳香、没药各 15 克，姜汁适量。将上药前 4 味粉碎为末后，加姜汁调成糊状。取药糊分别涂敷于上脘、中脘、足三里穴，1 日 3～5 次。主治胃痛。

呃 逆

呃逆俗称“打嗝”，是指胃气冲逆而上，呃呃连声，且声短而频，令人不能自制的病症。多由饮食不洁、生冷、过食辛热以及情志等因素所造成。症状为可见喉中呃呃连声，频频发作，难以自止。

治疗

验方

●柿霜 18 克。取柿子上之白霜，每次 6 克，开水送下，3 小时 1 次。降逆止呃逆。主治呃逆证。

●葡萄汁 20 毫升，枇杷汁 20 毫升。取新鲜葡萄、枇杷洗净，绞汁，两者混合后用开水冲饮，一次饮下，立效。清热降逆。主治呃逆。

●扁豆 50 克。将扁豆炒后研成细末，一次服下，以开水冲服。健脾和胃，降逆止呃。主治呃逆属脾胃虚弱者。

●鲜姜 50 克，蜂蜜 50 克。鲜姜洗净，捣烂取汁，去渣，与蜂蜜共调匀，一次服下。温中和胃，降逆止呃。主治呃逆属寒证者。

●指甲花（即凤仙花）25 克。取指甲花捣碎，用开水浸泡 10 分钟后滤去渣，取汁用，一次饮汁 1 小杯。主治呃逆频作不止。

●桂圆干 7 个，代赭石 25 克。将桂圆干连核放炉火中，煅炭存性，研为细末，代赭石烧煅后煎汤，送服桂圆干粉，一日分 4 次服下。温阳健脾，降逆止呃。主治呃逆频作，舌淡苔白者。

●黄连 5 克，紫苏叶 4 克。二味加水煎 20 分钟，去渣取汁，顿服，神效。清热降逆，宽胸止呃。主治呃逆属热性者。

●南瓜蒂 4 只。将南瓜蒂水煎 30 分钟，顿服，连服 3～4 次。降逆止呃。主治呃逆。

●刀豆子 100 克。刀豆子炙后研成细末，每服 10 克，开水送服。日 2 次。主治呃逆。

●剪自己指甲少许，装入香烟内，烧而吸其烟，遂即自止。主治呃逆不止者。

●鲜芦根 50 克，鲜茅根 50 克。将二味洗净，加水煎 15 分钟，代茶频饮。凉血清热止呃逆。主治呃逆频频，口干，舌红者鼻嗅法

●黄草纸一张。将草纸卷成纸条点燃，随即吹息，趁浓烟冒起放在鼻前，让其深呼吸一次，呃逆便可停止。降逆止呃。

●雄黄 6 克，高粱酒 12 克。雄黄研粉，与高粱酒调匀，放在水杯内。备一大碗（砂锅亦可）盛水，碗下加温，把盛药水杯放入大碗内隔水炖煮，以鼻闻之，会有一股热力由鼻孔钻入直冲顶门，经后脑直下项背，再由背至尾闾。5 分钟可止呃。

点眼法

●丁香 10 克，柿蒂 5 枚。上药加水浸泡 15 分钟，然后用文火煎取药液 30～50 毫升。将药液用两层纱布过滤，澄清，点眼。每日 2～3 次。病愈停药。主治呃逆。

针刺法

●双侧涌泉穴。可取仰卧位，以 26 号 1 寸毫针分别快速刺进双侧穴内，得气后行呼吸补泻手法的泻法，留针 30 分钟。补肾纳气，降逆止呃。用治呃逆频频不止者。

●人中穴。从下向上进针约 8 分深，2 分钟运针 1 次，留针 10 分钟。降逆止呃。用治呃逆频频不止者。

●膈俞、中脘、内关、足三里穴。胃寒配上院穴；食积配巨阙、内庭穴；气滞配膻中、太冲穴；下元亏虚配关元穴。食积气滞者，针刺用泻法；虚寒者，针灸并用以补法。重症每日 1 次，轻症间日 1 次，每次留针 30 分钟。10 次为 1 疗程。

耳穴压丸法

●膈区、神门穴；中风之呃逆，加用脑干穴。耳部消毒后，于穴位压痛点埋藏王不留行籽，胶布外贴，手压片刻，直至呃逆止。

火罐法

●膈俞、肝俞、胆俞、脾俞、期门、中脘等穴。先在背部俞穴拔罐 4～6 个，然后再拔腹部腧穴。留罐时间为 15～25 分钟。主治呃逆。

●膻中穴。取大小适宜的玻璃火罐，用酒精棉球点燃后投入罐内，不等烧完即迅速将罐倒扣在穴位上，罐即吸着皮肤。留罐约 20～30 分钟。主治呃逆。中途火罐如有松动脱落，要重新吸拔。

胆囊炎与胆石症

胆囊炎和胆石症大多同时存在，主要因素有胆汁滞溜、胆石梗阻、细菌感染、寄生虫感染、溶血性盆血、饮食不合理、习惯静坐及肥胖等。症状为常见右上腹部或心窝部突然剧烈绞痛，多有阵发性加剧，可放射至右肩背部，同时伴有恶心、呕吐、长期低热等。若突然发生寒战、高热，应考虑胆囊炎或胆道结石急性发作。

治疗

验方

●玉米须、茵陈蒿、车前草各 30 克。水煎服。消炎利胆。治胆囊炎。

●茉莉花 5 克，白砂糖 10 克。水煎沸去渣饮水。舒肝解郁，理气止痛。用治胆囊炎。

●合欢花干品 10 克（鲜品 20 克），鲜猪肝 150 克，食盐少许。每次用合欢花干品 10 克（鲜品 20 克），放碗中加水浸泡鲜猪肝切片，加食盐少许入台欢花，隔水蒸熟作菜。每日 1 剂，水煎早、晚各服 1 次。舒肝理气，养肝止痛。用治胆囊炎。

●川郁金 15 克，芒硝 30 克，枯矾 4.5 克，苓茯 15 克。共研细末，煮小米饭取汁泛丸，如绿豆大。1 日服 3 次，每次服 20 丸，饭后服。若为阻塞性黄疸，用茵陈 9 克煎水送服。主治胆石症。

●丝瓜络、金钱草各 30～60 克。丝瓜络煅存性研细末，先煎金钱草，煎后加酒数滴，送服丝瓜末 9 克，每日 2 次。清热利湿，利胆排石。

●生大黄制成片剂。每次口服 0.6 克，每日 3 次。服药 1 周开始排石，排石率 73%。利胆通腑。

●金钱草 120 克。水煎服，每日 1 剂。清热利湿，利尿通淋。

●柴胡、炒枳实、当归、香木瓜各 4.5 克，白芍 6 克，炙甘草、桂枝、川芎各 3 克，吴茱萸 1.5 克。每日 1 剂，水煎服。

●柴胡、白芍、川楝各 15 克，枳壳 12 克，甘草 6 克，木香 10 克。上药煎汤，每日两次服用。主治胆囊炎胆石症。

●柴胡、白芍、神曲、川楝各 15 克，枳壳 12 克，甘草 6 克，玄胡 8 克，木香 10 克。上药煎汤，每日两服。主治胆囊炎疼痛剧烈者。

●柴胡 15 克，金钱草 50 克，大黄 10 克（后下），芒硝 10 克（后下），枳壳 15 克，郁金 15 克，玄胡 8 克。上药煎汤，大黄、芒硝后下。每日两次服。主治胆囊炎合并结石型者。

●柴胡 15 克，黄芩 20 克，金银花 20 克，大黄 20 克（后下），芒硝 15 克（后下），白芍 10 克，川楝 12 克，甘草 6 克。上药煎汤，大黄、芒硝后下。主治胆囊炎急性期。大便通畅者酌减大黄、芒硝。

●白术（炒）12 克，白芍（酒炒）10 克，陈皮 10 克，防风 6 克，胁痛甚者加川楝子 10 克，元胡 10 克，橘络 10 克，有热者加金钱草 30 克，柴胡 12 克，伴呕吐加竹茹 12 克；黄疸加茵陈 30 克，郁金 12 克：纳呆加炒六曲、炒麦芽各 18 克；伴呕吐加半夏 10 克。上药煎汤，每日两次服用。主治慢性胆■炎。

肠梗阻

肠梗阻是指肠内容物阻于肠道的急腹症。为阵发性腹部绞痛，腹胀、恶心、呕吐、排气和排便停止等。

治疗

验方

●鲜萝卜片 1000 克，芒硝 60 克。加水 500 毫升，煎取 200 毫升，口服，一次一剂，一日 2～3 次。主治肠梗阻。

●甘隧末 1 克（冲服），桃仁 9 克，赤芍 15 克，生牛膝 9 克，川朴 20 克，大黄 15 克（后下），木香 9 克。加水 500 毫升，煎取 200 毫升，冲甘隧末内服，每日一剂，分早晚两次服完。主治肠梗阻。

●当归 15 克，桃仁 6 克，乌药 9 克，青皮 6 克，陈皮 6 克。加水 500 毫升，煎取 200 毫升，口服，每日一剂，分两次服。主治肠梗阻。

●生大黄、生巴豆（去皮膜）、干姜各等份。将上药共研细末，装入胶囊，每囊含生药 300 毫克，口服，每日二次，每次 2 粒。主治肠梗阻。

●大黄 9 克（后下），附子 9 克，细辛 3 克。加水 500 毫升，煎取 200 毫升口服。每日一剂，分两次服。主治肠梗阻。

●大葱汁、香油各 15～30 克，成人剂量加倍。取大葱若干，去须、叶，洗净捣成泥状，用纱布包挤汁。用时先服葱汁，约 2 小时后再服等量香油。若服下半天未排出，可连续再服，直至症减虫出为止。主治蛔虫性肠梗阻。

●牛膝、木爪各 50 克。上药浸于 500 克白酒中，7 天后便可饮用。每晚睡前饮 1 次，每次饮量可根据个人酒量而定，以能耐受为度。上述药量可连续浸泡 3 次。活血通络。主治粘连性肠梗阻。

●大蒜 2～3 瓣。将大蒜捣烂用开水冲入，在病欲发作或已发作时服。行气健胃，消炎杀虫。

●纯净花生油适量。成人 1 次服 240 克，患儿 180 克。在服油前进行胃肠减压，将胃液抽尽后，再将油灌入。润肠通便。

●新鲜猪胆 1 个（陈旧猪胆需煮沸）。取出胆汁，加入温开水 100～200 毫升，用于灌肠。小儿用量酌减。清利胆胃湿热，泻热通便。主治麻痹性肠梗阻。

●丁香 30～60 克。将丁香研成细末，加 75%酒精调和，或用开水调和亦可，将药敷于脐及脐周，直径 6～9 厘米。外用纱布和塑料薄膜覆盖，周围用胶布固定，以减少酒精挥发。温中降逆，行气宽肠。

●芒硝 30 克，莱菔子 100 克。将莱菔子砸碎，加水 300 毫升，文火煎至 100 毫升，滤除药渣后加入芒硝拌匀。插入胃管抽尽胃液，注入药液，胃管夹闭 30 分钟再松开，持续胃液减压，观察 6 小时后，无排气或排便者可重复用药 1 次。每天用药不得超过 2 剂。治疗期间需禁食及静脉补液。行气降逆，宽肠通便。

●乌梅、大黄各 30 克，干姜 20 克，蜂蜜 100 克。先将干姜、乌梅用清水 300 毫升煎 10 分钟，再入大黄、蜂蜜煎 2～3 分钟即可。将药汁少量频频口服。呕吐剧烈者，可经胃管灌入，每次 50 毫升，每隔 2 小时 1 次。如 6 小时后一般情况未见好转，可将药液灌肠。对腹痛剧烈和中度失水者，应对症处理。缓急降逆，通腑排虫。

●木香、厚朴、大腹皮、槟榔片、大黄各 30 克，玄明粉 50 克。上药加

水 2500 毫升，文火煎至 250～300 毫升，晾温徐徐饮入，开水送服。行气消胀，降逆通腑。

贴敷法

●大黄、芒硝各 10 克，厚朴、枳壳各 6 克、冰片 3 克。上药共研细末，以藿香正气水调成糊状，填敷脐部，以麝香虎骨膏固定，并以热水敷以药上，每日换药 1 次。主治麻痹性肠梗阻。

●葛极、皂角各 500 克。上药加水 4000 毫升，煎煮 40 分钟，去渣，置药汁锅于火炉上保持适当温度（以不烫伤为度）。另以 1 市尺见方的 10 层纱布垫 4 块，浸以药液后，稍稍除去水分，交替置腹部作持续热敷，每次 1 小时，每天 2～3 次。主治急性肠梗阻。

●丁香 30～60 克。将丁香研为细末，加 75%酒精调和，然后敷于脐及脐周，直径约 6～8 厘米，用纱布及塑料薄膜覆盖，周围用胶布固定以减少酒精挥发。主治麻痹性肠梗阻。机械性肠梗阻不宜用本法，对酒精过敏音可用开水调和。

●麝香 0.3 克，生姜、紫苏各 120 克，大葱 500 克，陈醋 250 毫升，普通膏药或胶布 1 张。麝香研细末，纳神阙穴，外盖普通膏药或胶布；再把生姜、紫苏研为细末，和大葱共捣一起，陈醋炒热，敷神阙及阿是穴。l 日 2～3 次，7 天为 1 疗程。主治单纯性肠梗阻。

●大黄、枳实各 50 克，厚朴、芒硝各 30 克，葱白 250 克，食盐 25 克。上方前 4 味共研细末，连须葱白、食盐捣烂加上药末中，以米酒调匀，炒热用布包熨敷有包块或疼痛较剧处，直到大便通畅为止，一般于敷药得矢气后缓解，排便后痊愈。主治急性肠梗阻。

●胆星 1 个，瓦楞子 4.5 克，生矾、枯矾、雄黄、牛黄、琥珀、乳香、没药、珍珠、白降丹各 1.5 克，白砒（用人粪、黄泥围煅）1.5 克，麝香 0.3 克，以青鱼胆为丸，如芥子大，糁温胃膏贴中脘穴，日 1 贴，7 天为 1 疗程。主治急性肠梗阻。

灸法

●中院、大横、天枢、足三里、神阙、关元等穴。将艾炷隔姜灸法施术。每次约灸 3～7 壮（每日灸 2～3 次，病愈为止）。主治急性肠梗阻。本方适用于单纯机械性肠梗阻、麻痹性肠梗阻。

●中院、大横、天枢、足三里、关元、气海等穴。按艾条雀啄灸法施术，每次选穴 2～3 穴，每次施灸 15～30 分钟。主治急性肠梗阻。在施灸时要密切观察病人变化，及时选用其他治疗手段。

●神阙穴。按艾炷隔药灸法常规施术。取麝香 0.2 克，研末，直接置于神阙穴上，再用大于此穴之胶布一块外贴，然后点燃艾炷，隔布灸至肛门排出矢气为止。每日 2～3 次，病愈为止。主治急性肠梗阻。

●神阙穴。按敷灸法施述。取丁香 30～60 克，研成细末加 75%酒精调和，敷于脐及脐周，直径约 6～8 厘米，上盖纱布，纱布用塑料薄膜覆盖，周围胶布固定，以减少酒精挥发。每日 2～3 次，5 天为 1 疗程。主治麻痹性肠梗阻。对酒精过敏者，可用开水调和。

●神阙、阿是穴。按敷灸法施术。将大蒜 120 克、芒硝 30 克共捣为糊膏，敷于穴位上。敷药前，用 2～4 层油纱布作底垫。2 小时后，去掉蒜泥，用温水洗净蒜汁，然后将大黄 120 克研为细末，过筛，用醋 60 毫升调成糊状，直接敷。1 次 8 小时。主治急性肠梗阻。本疗法可使患部充血发赤，血管扩张，

血流加快，既能导热外出，又能改善梗阻肠壁的血液循环，促进肠蠕动，使麻痹的肠壁较早地恢复功能活动。

●神阙、阿是穴。按敷灸法程序施术。取麝香 0.3 克研为细末，纳入神阙穴内，外盖普通膏药或胶布；再把生姜、紫苏各 120 克研为细末，和大葱 500 克共捣一起，用陈醋 250 毫升炒热，敷于神阙及阿是穴。l 日 2～3 次，7 天为 1 疗程。主治单纯性肠梗阻，皮肤过敏的患者慎用。

●神阙穴。按敷灸法常规操作。将吴萸 50 克、小茴香 75 克、干姜 50 克、丁香 50 克、肉桂 5 克、山栀 20 克、硫黄 30 克、荜菝 25 克共研为细末，过筛，开水调成膏，纱布包裹，敷神阙穴。覆盖大小适中铝纸、纱布，胶布固定。外加热敷，每次 30～60 分钟。1 日 3 次。主治急性肠梗阻。用此法若 12 小时以上无效，改用其它疗法。

催嚏开窍法

●金箔 5 张，礞石（煅）1.2 克，殊砂 3 克，硼砂（炒）1.8 克，麝香 0.1 克，火硝 3 克，雄黄 1.8 克，冰片 0.9 克。上药共研细末，取少许吹鼻中取嚏。日 3～5 次，至病愈，主治急性肠梗阻。

熏肛法

●猪牙皂 60 克。将牙皂入煤炉燃炭令烧烟。患者肛门对准烟上，熏约 10～15 分钟，即有肠鸣声；未见效，依上法继熏 1～2 次。主治急性肠梗阻。

肛点法

●大黄 30 克，枳实 15 克，厚朴 15 克，芒硝 30 克（后下），莱菔子 15 克，黄芩 15 克。加水 1000 毫升，煎至 300 毫升，灌肠前将芒硝放入药液中溶解，置输液瓶中经肛管滴入，每分钟 80～100 滴，1 日 1 次，连续给药 3 天。主治急性肠梗阻。

插药法

●细辛、皂角各等份。上药共研细末，炼蜜至滴水成珠，将两者按 3∶7 混合调匀，制成通便药条塞入肛门。一般 30 分钟可见排便、排虫。主治蛔虫性肠梗阻。

灌肠法

●枳实 15 克，苍术、油朴、陈皮、炒卜子、生草、芒硝各 10 克。体虚加黄芪 12 克，干姜 10 克；体实水停者加甘遂 10 克。上药加水煎 500 毫升，高压保留灌肠。如 2 小时症状不减，再煎 20D 毫升低温高压灌肠；仍不泄下，症状不减者，间 4 小时 1 次，辅强刺足三里、天枢、内关、合谷穴，采用泻法。主治各型肠梗阻。

慢性胃炎

慢性胃炎是一种胃粘膜的慢性炎症。临床上分为三型，即慢性浅表性胃炎、慢性萎缩性胃炎、慢性肥厚性胃炎。主要表现为院腹胀满不适，或疼痛发作无规律，食后尤甚，泛酸，时有呕吐、恶心。胃脘隐痛牵引胸胁。

治疗

西药

●胃酸过少者，可选用 1%稀盐酸或胃蛋白酶合剂口服；胃酸过多者，可选用氢氧化铝凝胶、胃舒平、阿托品、6%颠茄酊、普鲁本辛、安胃灵等药：为保护胃粘膜不受损害，可选用硫糖铝、胃膜素、乙氧连氮、生胃酮等；为防止胃酸过少者胃内细菌繁殖，可选用黄连素、痢特灵、庆大霉素、土霉素等；对胆汁返流性胃炎，则可选用胃复安或消胆胺。另外，甲氰咪胍、猴菇菌片、五肽胃泌素、苯丙酸诺龙等，也可用于治疗慢性胃炎。

中成药

●胃院部隐痛，时轻时重，食欲不振、食后觉胀、大便夹有不消化食物、形体消瘦、四肢无力者，可选用香砂六君子丸、六君子丸。胃脘疼痛而喜按、喜食温热食品，遇寒则胃痛加重，恶心、口淡无味、口吐清水者，可选用香砂养胃丸、胃气痛片、附桂理中丸。

验方

●小茴香、石菖蒲根、枳壳各 100 克，白酒 100 毫升。浸 10 天，饭后饮。主治胃炎。

●茶叶 10 克，赤馨花、砂仁各 6 克。冲泡饮。主治胃炎。

●绿茶 1.5 克，徐长卿 4 克，麦冬、青橘叶、白芍各 3 克，生甘草 2 克，玫瑰花 1.5 克。共研细末，开水冲泡代茶饮。每天 1 剂，3 月为 1 疗程。主治胃炎。

●甘蔗汁、葡萄酒各 1 盅。合服，早晚各 1 次。主治慢性胃炎。

●生姜 200 克，醋 250 毫升。浸醋密封，空腹服 10 毫升。主治慢性胃炎。

●木瓜 500 克，生姜 30 克，醋 500 毫升。于瓦锅中煮，分 2 次吃完。主治慢性胃炎。

●茉莉花、石菖蒲各 6 克，青茶 10 克。共研细末，开水冲泡，随意饮。主治慢性胃炎。

●制香附、金铃子、延胡索、炒赤芍、炒白芍、黑山栀各 9 克，炒柴胡、炒川芎、乌梅肉各 6 克，当归、丹参各 15 克，炙甘草、淡干姜各 3 克。每日 1 剂，水煎分 3 次服。主治慢性胃炎。

●党参、丹参、川楝子各 2 克，黄芪、红花、川芎、没药、元胡、乌药、砂仁各 1.5 克，吴茱萸 1 克，黄连 1 克。上药加工成丸剂，每丸 10 克，每日二丸，每次 1 丸。主治慢性胃炎。

●党参 10 克，白术 15 克，茯苓 10 克，丹参 15 克，香附 10 克，良姜 5 克，甘草 5 克，青黛 1 克。上药水煎成 200 毫升。每日 3 次，每次 10 毫升。主治慢性浅表性胃炎。

●党参、苡仁、杭芍各 12 克，白术、茯苓、白豆蔻、山药、莲子、石斛、天冬、麦冬、砂仁各 10 克，甘草 6 克。水煎服，每日 1 剂。主治慢性萎缩性胃炎。

●党参、全当归、焦白术、茯苓各 9 克，炙黄芪、熟地各 12 克，白芍、

瓦楞子各 18 克（先煎），炙甘草 3 克，海贝粉 12 克（分 2 次吞服）。每日 1 剂，水煎分 3 次服。主治肥厚性胃炎。

●木香、小茴香、干姜、荆芥各 250 克。将上四味药按蒸馏法，先收集粗蒸馏液 2000 毫升，再将粗蒸馏液重蒸馏至 1000 毫升，过滤澄清加氯化钠 9 克灌封，加热 100C30 分钟即成。肌肉注射，每日 1～2 次。每次 2～4 毫升。主治慢性胃炎。

●生姜 100 克，棉籽油 50 克，鸡蛋 2 个。把棉籽油放锅内，文火煎至烟尽为度，把姜切成丝，放油内炸黄，再把鸡蛋打入锅内，炒熟即可。早晨空腹一次服下，每日一次。主治慢性胃炎。

气功疗法

●卧式或坐式均可。卧式即仰卧在床上，头微前俯，双目轻闭，躯干正直，两臂自然伸直，掌心向下，置于体侧，下肢伸直，脚跟靠拢，足尖自然分开。坐式则端坐椅上，头微前俯，双目轻闭，含胸拔背，松肩垂时，掌心向下，置大腿上，两脚分开，与肩同宽，膝部屈曲成 90°，足底着地。意守丹田。肥厚性胃炎或浅表性胃炎胃酸增多者，可采用“吸—停—呼”的方式，萎缩性胃炎或浅表性胃炎胃酸较少者，可采用“吸—呼—停”的方式。呼吸可配合默念字句。注意吸气时舌抵上腭，呼气时舌落下，停顿时舌不动。此功每天练 2～4 次，每次 30～60 分钟。

辅助疗法

●按摩脘腹：两手搓热，然后相叠，用掌心在脐的周围，右边上来、左边下去地旋转按摩，分小圈、中圈、大圈各按摩 12 次。

●拍击胃脘：站势，全身放松，两脚外八字，然后一脚略向前跨出，跨出的脚跟，正当后脚的脚弯处，左手握拳，用右手掌拍剑突下胃院部。

●左右托天：以一手插腰，一手向上托起，移至双眉时翻手，掌心向上，托过头顶，伸直手臂，同时，两目向上注视手背，先左后右，两手交替进行各 5 次。

●按摩足三里：全身放松，右手拇指按摩右侧足三里 49 次，然后左侧拇指按摩左侧足三里 49 次。

注意事项

慢性胃炎多与饮食失调有关，故应注意饮食卫生，避免刺激性食物，油腻食品也应少吃为好，进食应定时、定量，不能过饥过饱，宜吃一些容易消化吸收的食物。同时，应戒烟，禁烈酒，在练功过程中，应持之以恒，坚持不懈，不要见异思迁，应以一种功法为主。练功中，不可急躁，应循序渐进，取效后，仍应坚持。年老体弱的，可适当减少练功次数或缩短练功时间。练功期间，应保持心情舒畅，避免情绪波动，以防出现偏差。同时，应保证足够的营养、睡眠。练功地点宜选择空气新鲜，环境安静处，每天早晚 2 次练功。在饱餐后、空腹时均不宜练功。练功前排除大小便，这些与一般的练功要求相同。

胃下垂

胃下垂是指胃全部下降至不正常的位置。由于长期的过度疲劳，强烈的精神刺激和精神紧张不断地作用于大脑皮层，使大脑皮层兴奋与抑制过程功能失调，久之，大脑皮层功能减弱，对皮层下中枢的控制失灵，影响了植物神经的调节功能，导致胃下垂。主要表现为乏力，消瘦，胃口不好，胸脘胀闷不适，饭后明显，有时吃东西后，有腹下坠的感觉及腰痛，呕吐，暖气，大便不正常，弯腰加重等症状。

治疗

验方

●炙升麻、木香、柴胡、甘草各 3 克，炙黄芪 12 克，丹参 15 克，白芍 15 克，陈皮 6 克，砂仁 1.5 克，鸡内金 9 克。每日 1 剂，水煮分 3 次眼。主治胃下垂。

●党参、半夏、炙甘草、羌独活、防风、白芍、陈皮、白术、茯令、泽泻、柴胡各 10 克，黄芪 30 克，黄连 2 克，生姜 5 片，大枣 3 枚。每日 1 剂，水煮服。主治胃下垂。

●熟附片 12 克（先煎 60 分钟），配炒白术 10 克；焦艾叶 9 克，小茴香 5 克。水煎，饭后分服，连服 50 天左右。水煎，每日 1 剂。主治胃下垂。

●白术 20 克，人参 6 克（先煎），茯苓 12 克，枳实、陈皮、半夏曲、川厚朴、莱菔子、槟榔各 10 克，砂仁 5 克，黄连 5 克，干姜 5 克，炒麦芽 15 克，炙甘草 3 克。水煎服，每日一剂。脾虚者重用人参 15 克，白术 15 克，加黄芪 15 克，山药 12 克，减黄连、槟榔；胃热者重用黄连，加焦栀子 6 克。主治胃下垂。

●鲫鱼 500 克，黄芪 40 克，枳壳 15 克。将鲫鱼去鳞剖腹去肠杂，同后二药一同入砂锅中加水煎煮，水沸后改小火慢炖，待鱼熟烂后，食肉饮汤。每日 2 次，可经常食用。补中益气。主治胃下垂症。

●猪肚 1 个，炒枳壳 20 克，砂仁 10 克。将猪肚用粗盐洗净，纳入后二味药，用线绳扎好，加水炖煮，待肚熟后，趁热食肚饮汤。分 4～6 次食完，日 2～3 次。温中和胃，行气升提。主治胃下垂。

●乌龟肉、炒枳壳各 250 克。将二药入砂锅中，添加适量水煎煮，待肉熟后，去掉枳壳，可酌加盐、味精及酱油调食。益气升提。主治胃下垂。

●白胡椒 15 克，猪肚 1 个。将猪肚洗净入锅，与白胡椒共炖，待猪肚煮烂后，食肚饮汤，分 2 天吃完，隔 1 天后再食，可连吃 3～5 个。温中益气，健脾和胃。主治胃下垂。

●韭菜籽 60 克，蜂蜜 120 克。将韭菜籽洗净捣烂，加蜂蜜调匀，开水送服，日 2 次。温阳益气健脾。主治胃下垂。

●蓖麻子仁 10 克，升麻粉 2 克。蓖麻子仁捣烂如泥，升麻焙干研成细末，二者拌匀，制成直径 2 厘米，厚 1 厘米的圆饼，将百会穴周围（直径 2 厘米）头发剃掉，置圆饼于百会穴处，用绷带固定，再取水平仰卧位，放松裤带，将盐水瓶内灌入 80°C热水，塞紧瓶口后熨烫药饼，每日 3 次，每次 30 分钟。每块药饼可连续使用 5 天，休息 1 天后，更换新药饼，10 天为 1 疗程，3 个疗程后复查治疗结果，治疗以饭后 2 小时为宜。治疗期间注间休息，不暴饮暴食，不作剧烈运动，禁房事，切勿内服，以防中毒。升提中气。主治胃下垂。心脏病、高血压、呕吐、咯血及孕妇忌用。

艾炷灸

●梁门、中脘、关元、气海、足三里穴。按艾炷常规操作。每日施灸 2 次，每穴 5～10 壮，10 天为 1 个疗程。主治胃下垂。灸后可用右手托胃底部，用力缓缓向上推移，反复数次。各症型均可用本法。

●百会、足三里、关元、脾俞、中脘穴。按照艾炷瘢痕灸法常规施灸，每次选用 2～3 个穴位，每穴每次施灸 3～5 壮，艾炷如枣核大或黄豆大，7～14 天施灸 1 次。主治胃下垂。根据灸疮情况及病情适当选配气海、天枢、三阴交、上脘等穴。

●百会、足三里、关元、脾俞、胃俞、中脘等穴。按艾卷回旋灸法操作，每次选 3 个穴位施灸，每穴每次灸治 15～30 分钟，每日施灸 1 次，10 次为 1 疗程。主治胃下垂。

●百会、足三里、关元、脾俞、胃俞、中脘等穴。按温盒灸法常规施灸。每次选用 3～5 穴，多取俞募穴，每次灸治 15～30 分钟，10 次为 1 疗程。疗程间隔 5～7 天。主治胃下垂。

敷脐法

●蓖麻仁 10 克，五倍子 5 克。上方共捣为泥糊状，敷于脐部，每天早、中、晚各热敷 1 次，隔 4 天换药 1 次。主治胃下垂。一般敷药 6 次愈。孕妇及吐血者忌用。

灸脐法

●黄芪、党参、丹参各 15 克，当归、白术、白芍，枳壳、生姜末各 10 克，升麻、柴胡各 6 克（食欲减退者加鸡内金 10 克；大便溏者加焦六曲 10 克）。上药（除生姜外）焙干，共研细末和匀，装瓶备用。用时将药末 10 克左右填神阙穴，铺平呈圆形，直径约 2～3 厘米，再用 8×8（厘米）胶布贴紧，每隔 3 天换药末 1 次，每天隔药艾灸 1 次，（药与艾之间放一圆形金属盖），艾条长约 1.5 厘米，连灸 3 壮，以 1 个月为 1 疗程。主治胃下垂、胃痛、泄泻、带下等病症。

气功疗法

●姿势：仰卧，曲膝（两脚成内八字，平踏床上）或平伸双脚（两脚尖朝上），全身放松，排除杂念，两手放在身旁；左手掌放在小腹部，拇指正对肚脐；左手拇指放在右手拇指与食指之间，其余四指放在右手四指之上，盖住气海穴和关元穴。手指轻贴小腹部，可随小腹上下活动。头部自然正直，枕头应稍高于睡眠，口唇微闭，舌抵上腭，两眼平视，心情舒畅。初练者可先采用曲膝姿势，这样容易感到小腹随呼吸而动，熟练后则采用平伸双腿的姿势。呼吸：以鼻呼吸，采用自然腹式呼吸。吸气时胸腔不要向上扩张，小腹部自然凸起，呼气时小腹自然凹下。呼吸尽量做到自然，不要用力或憋气。呼气要尽量呼尽，同时上腹部要随呼气尽量放松，为自然腹式呼吸创造有利条件。意守：意念集中在小腹部。当呼气将尽时，意想肚脐随着呼气向命门穴靠贴。吸气时意想命门穴中的内气向两掌扩散。练功完毕，呼吸慢慢恢复成自然呼吸，同时静守小腹部片刻。然后两手搓热，擦摩面部和头部，再活动一下腿脚。每天练 3～5 次，每次练 1 小时左右。仰卧式腹式呼吸能增加胃底活动范围，较坐式增大 4～5 厘米，且能锻炼胃壁的韧性，对于松弛变形、伸缩功能下降的胃壁突大有好处。

辅助疗法

●摩腹：腹胀者，可做 100～300 下。

●擦腰：腰酸者，增加擦腰次数。

●托天：合并肾下垂者，加做后托天。

●单双举腿：平卧，抬起左大腿，向上举直，然后放下，换举右腿，左右交替各举 10 次。接着双腿同时上举，举直再放下，做 5 次。上举时尽量缓慢，次数可由少到多，逐步增加。

●双脚辊转：平卧，抬起双腿，使两足在空中做蹬自行车的动作：一脚伸直，一脚弯曲，交替进行，可蹬转 10～20 圈。

●单双抱膝：平卧，屈起左腿，使尽量贴近胸腹部，双手臂紧抱左膝，然后放下；换右腿做，各 10 次。再两腿同时屈起贴胸腹，双手抱双膝，做 10 次。

注意事项

加强腹肌锻炼，增强腹肌张力，在练功中注意饮食辅助，开始时宜少量多餐，易消化，随练功过程中消化功能增进而逐渐增加。避免负重和过劳，保持情绪乐观。

便秘

便秘是由于大肠运动缓慢，水分吸收过多，干而硬的粪块堆积在大肠，不易排出。便秘俗称大便干燥。造成便秘的主要因素是生活无规律，缺乏体育锻炼及体力劳动，长期服用缺乏纤维素的食品而致肠蠕动减弱。另外某些疾病也可引起便秘。

治疗

验方

●草决明 35 克。将上药打碎放入碗中，用沸水浸泡约 10 分钟左右即成，可当茶喝，一日里可反复加水饮用。日 1 剂。润肠通便。主治习惯性便秘。

●天枢穴。排便时左手食指或中指用力按压天枢穴（肚脐旁开 2 寸），有明显的酸胀感，再压数十秒就可排便，一次无效可反复数次。疏理气机。主治习惯性便秘或肠功能紊乱引起的便秘。

●食醋 1 勺，白开水 2 杯。每日清晨饮用一杯加入一勺醋的温开水，饮后再加一杯温开水，然后可在室外活动半小时左右，中午即可有便意。长年坚持服用效果更佳。生津通便。主治习惯性便秘或老年性便秘。

●菠菜 200 克，猪血 150 克，盐少许。菠菜洗净连根切段，猪血洗净切块，二者加水同煮 15～20 分钟，加盐后饮汤汁。日 1～2 次，宜空腹服。润肠通便。主治大便不通。

●香蕉 500 克，黑芝麻 25 克。将黑芝麻炒至半熟，香蕉剥皮后蘸芝麻嚼吃，每天分 3 次食完。润肠通便。主治大便秘结，尤其适合于伴有高血压病的。

●松仁 15 克，粳米 30 克。先将粳米煮成粥，松仁加少量开水研作糊状，入粥中调匀，再煮二、三沸即可，空腹 1 次食下，日 1 次，可连用三日。补中益气，润肠通便。主治老人体虚大便秘结。

●松子仁 25 克，火麻仁 20 克，瓜篓仁 25 克。上三味水煎 30 分钟，留汁再煎 20 分钟，去渣，将二次药汁混匀，分 2 次服，日 1 剂。滋阴润肠通便。主治阴虚肠燥便秘。

●黑木耳 6 克，柿饼 30 克。先将黑木耳用开水泡开，洗净，同柿饼入锅煮烂，作点心吃。补血润肠通便。主治大便干结，痔疮出血。

●芝麻、大米各 60 克，杏仁 15 克。将三者入清水浸泡一天后，捣成糊状，煮熟加糖搅匀，一次服下。润肺化痰，通利大肠。主治便秘伴咳嗽。

贴敷法

●葱白（连须）50 克，生姜 30 克，食盐 15 克，淡豆鼓 37 粒。将上药混合捣融，制成圆饼，放火上烘热，敷于神阙穴上，绷带固定，冷后再换，一般 12～24 小时气通自愈。主治便秘。

●附子 10 克，苦丁香 8 克，川乌 12 克，白芷 10 克，胡椒 6 克，大蒜 20 克。将以上各药共捣，做成饼，敷贴于脐部。主治便秘。

●当归 60 克，大黄 30 克，芒硝、甘草各 15 克。将上药熬膏贴于脐上，或煎汤摩腹。主治便秘。

●蜗牛连壳 5～6 个，麝香 0.15 克。将蜗牛捣烂，压成饼状。用温水清洗患者脐部，75%酒精常规消毒，待脐部干后，把麝香研为细末，纳入脐中，再把蜗牛饼敷盖在麝香未上，上盖一层塑料薄膜，外覆以纱布，胶布固定。隔日 1 次。主治热结便秘。

●大黄 12 克，麻子仁 8 克，枳实 6 克，巴豆 6 克，麝香 0.3 克，芒硝 8 克。将药物研细末，调凡士林或油脂做成饼剂敷贴肚脐、八髎穴位。主治便秘。

●商陆 10 克研末，用开水调成膏状，敷贴于鸠尾穴上，每日 1 次。主治便秘。

●甘遂 3 克，元寸 0.3 克，食盐（炒）0.5 克。将 3 味药混合，碾为细末，为 1 次量。敷以脐部，盖以纱布，胶布固定。主治便秘。

●甘遂 3 克或巴豆 1 克，肉桂 1 克，吴茱萸 3 克，实症用甘遂研末，调姜汁敷支沟、天枢；虚症用巴豆、肉桂、吴茱萸研末，调姜汁炒热贴足三里、神阙。主治便秘。

针刺法

●毫针：①实症：中脘、天枢、支沟、足三里、大横、丰隆、阳性物处。②虚症：中脘、天枢、三阴交、气海、关元、阳性物处。兼气滞者加大肠俞。实症用泻法，虚症用补法，兼有气滞者用平补平泻法。

●梅花针：腰、骶部、下腹部。重点叩打骶部、阳性物处。

●耳针：脾、大肠、胃、直肠下段。用探针或火柴头探寻耳穴敏感点。后用王不留行籽置于敏感点上，以手压揉 3～5 分钟，待患者耳穴局部有酸胀感后，用胶布固定王不留行籽。每日自行按压 3～5 分钟。每次保留 3 天，另换穴位更换王不留行籽，15 天 1 疗程。

敷脐法

●大黄、玄明粉、生地、当归、枳实各 2 分，厚朴、陈皮各 1 分。上方共研细末，取少量用麻油调后敷脐部，外以纱布覆盖，胶布固定。主治便秘。

●活田螺 4～5 只，食盐 4～5 粒。上方田螺去壳，加食盐一同捣烂敷脐，1 小时后除去（若无活田螺可用田螺肉研细末加盐水调试成稀糊敷脐）。主治便秘。

●蜗牛 1 个，麝香 0.15 克。上方共捣如糊状，敷脐，外以纱布、胶布固定。主治大便秘结。

●大葱适量。上方切碎捣烂，加醋适量，炒热，敷神阙穴。1 日 3 次，1 次 30～60 分钟。主治便秘。

●商陆适量。上方捣烂敷脐。主治大便不通。

●附子、苦丁香各 15 克，炮川乌、香白芷、牙皂各 6 克，胡椒 3 克，麝香少许。上方同大蒜捣敷脐部。气虚加黄芪；血虚加当归或苁蓉。再将药装竹管中吹入肛门，即通。主治冷秘。

●皮硝 9 克，皂角末 1.5 克。皮硝加水溶解后加入皂角末，调敷脐部，每日 1 次。主治热性便秘。

贴脐法

●大戟 1.5 克，大枣 6 枚。将上方研粉，同枣肉共捣如膏，贴脐部。主治便秘。

●葱白 50 克（连须洗净），生姜 30 克，食盐 15 克，淡豆豉 6 克。上方共捣烂制成饼状。用时将药饼放火上烘热。贴敷脐上，用绷带固定。冷则再行烘热贴敷，一般 12～14 小时气通自愈。主治大便秘结，精神不振，舌苔薄，脉虚弱。

●商陆 6 克，田螺 2 个，生姜 3 片，盐少许。上方共捣烂成饼状，放锅内烘炒。乘温热贴脐部，外以纱布、胶布固定，3～4 小时即泻出。主治大便

不通。

●连根葱白 1 握，胡椒 50 粒。上方捣碎制成饼状，焙热。和轻粉贴掩脐部。主治大便秘结。

●山栀子 15 克，大蒜适量，上方先将栀子研末，再与大蒜捣如膏状，贴脐，外以纱布覆盖，胶布固定。主治大便秘结。脐部红晕或痒痛明显者，宜速将药物去掉。

●当归 60 克，大黄 30 克，芒硝 15 克，甘草 15 克。上方共研为细末，加水适量，熬成浓稠膏状。贴脐上。或煎汤摩腹。主治便秘。

气功疗法

●每天清晨 5 时左右，平卧床上，全身放松，头平项直，两目微闭，舌轻抵上腭，两手平放左右两侧。手心向下，两腿屈曲，以舒适为度。开始两颊不断鼓动，如漱口状，待唾液满口腔，然后分数口徐徐咽下，咽时用意念直引至直肠，接着排出杂念使渐入静境，作深呼吸 3 次。吸时用意念引气，沿背脊内侧，直下肛门。呼气时，收肛提外肾，意念气从命门穴排出。3 次后即意守肛门，自然呼吸，感到肛门有跳动感时，即初见功效。再用意念将气自肛门沿直肠自下而上，引向气海穴，再从气海穴引至肛门，如此上下来回 49 次，这时就会有欲徘便感觉，或者矢气，都是功效反应。最后，两手搓热，一手挽外肾，一手绕气海穴按摩腹部，两手轮换各 81 次，功法全部完毕。

一般每日 1 次，重症早晚各 1 次。

辅助疗法

●撮谷道、会阴：即提肛门、会阴穴。

●拧胃脘，捏脐围：即在胃脘至脐周的部位进行捏、拿、提、拧手法，每次 3～5 分钟。若同时配合按摩双侧足三里则效果更佳。

●摩丹田，拍肠腑：两手搓热，重迭置于丹田处，掌心贴腹，由内向外，由小圈到大圈，顺时针摩 30 圈，再逆时针摩 30 圈。然后四个手指并拢，以指腹从中院至小腹，自上而下。轻轻有节奏的拍打 3～5 分钟。

注意事项

注意饮食调理，多进食纤维素丰富的食物、蔬菜、水果，多饮水，每天清晨可饮一杯温开水，或盐开水或蜂蜜。养成定时排便的习惯，即使无便意，也应坚持定时去蹲坐 10 分钟左右。防止或纠正经常服用泻药的习惯。

胃及十二指肠溃疡

胃及十二指肠溃疡是指胃或十二指肠中出现粘膜被腐蚀后形成的凹下去的圆形疮面，也称消化性溃疡。本病多由饮食不节，情志不调，精神紧张，常服刺激性食物，嗜好烟、酒，或服用对胃有损害作用的药物所致，也有遗传因素。主要表现上腹部有周期性、节律性疼痛，暖气反酸，大便干或清泻，常反复发作。

治疗

西药

●降低胃酸的药有氧化镁、氢氧化铝、甲氰咪胍（西米替丁）、雷尼替丁、丙谷胺等，抑制胃蛋白酶的药有硫糖铝片、生胃酮等，这些药均有助于促进溃疡的愈合。普鲁本辛、东莨菪碱、阿托品、甘罗溴铵等可减轻疼痛，但有青光眼、幽门梗阻及前烈腺肥大者禁用。胃膜素、维生素 B6、痢特灵等药，亦可用于本病治疗。溃疡并发出血时，可选用安络血、止血敏、对羧基苄胺等止血药或口服肾上腺素治疗。

中成药

●胃脘刺痛、拒按、痛有定处或连及背部、吐血或见解黑大便者，选用云南白药或三七片。平时喜湿热食品、吃温热食品后觉胃中舒服，而不爱寒凉生冷食品、多食即吐，口内多清涎、常泛泛欲吐，口淡无味者，可用附子理中丸。

验方

●鸡蛋壳 1 个，大麦芽 30 克。将蛋壳炒黄，研面，大麦芽加水煎 40 分钟，冲蛋壳面服，日 2 次。健脾益胃，制酸止痛。主治胃溃疡，胃酸过多者。

●杨梅树根皮、青木香各 1000 克。青木香即马兜铃根，与杨梅树根皮共洗净切片烘干，碾为细末，制成蜜丸，每丸含药 4·5 克，每次 1 丸，日服 2 次，温水送服。抑酸止痛，和胃行气。主治胃、十二指肠溃疡，功能性胃痛。

●鲜藕、白萝卜各 500 克。将上药分别洗净后捣烂绞汁，各装在容器中，每次各瓶中取 10 毫升混匀（共 20 毫升）饮用，日服 2 次，连服三日。清热通络，凉血止血。主治溃疡病，柏油样便。

●三七末 3 克，藕汁 30 毫升，鸡蛋 1 个。鸡蛋打破，倒入碗中搅匀，再加入鲜藕汁、三七及少量白糖调匀，隔水蒸熟。日 1～2 次，连用三日。止血止痛。主治胃溃疡出血。

●黄芪 60 克，红花 6 克。将上药先用适量凉水浸泡 15 分钟，然后上火煎药，水开后约 20 分钟即可。留取药汁，再行二煎约 15 分钟，将 1、2 煎药汁混匀，分 2～3 次服下，以凉服为佳。健脾摄血，逐瘀活血。主治上消化道溃疡合并出血而以便血为主者。

●荷叶 2 张。先将荷叶阴干，火上焙烧存性，研成细粉，每次 1.5 克，日 1 次，连用 5 日。养阴清热，散瘀止血。主治胃溃疡。

●朱砂莲 10 克，滑石 6 克，柴胡 10 克。滑石炒后与余二药共研末，每服 6 克，米粥送下，日服 2 次。行气化湿，和胃止痛。主治胃及十二指肠溃疡之胃痛。

●鸡内金 90 克，甘松 10 克。分别将鸡内金、甘松研成细末，然后再混匀。将细末装入空心胶囊中即可。早晚各 2 粒，白开水送下。可连服数日。消积理气止痛。主治消化性溃疡病。

●山竹树皮 500 克，两面针 500 克。二药焙干研末，和蜜为丸，每丸 10 克，每服 1～2 丸，日 3 次。20～25 天为 1 疗程。行气止痛，止血生肌。主治胃、十二指肠溃疡。

气功疗法

●体质虚弱者先练卧式或侧卧式均可，平身仰卧，躯干正直，两臂自然舒伸，十指松展，掌心向下，放于身侧；下肢自然伸直，脚跟相靠，足尖自然分开。或侧卧于床，头微前俯，枕之高低以头颈保持左右不倚稍许抬高的位置，脊柱微向前弓，呈含胸拔背之势。左侧卧时，右上肢自然弯曲，掌心向上，置于前枕上约 6 厘米处，左上肢自然伸直置于同侧髋部；右下肢自然伸直，左下肢膝关节屈曲 120 ° 角，放于右下肢膝部。双目微闭。体质好者可练坐或站桩，以放松舒适为度。用鼻吸气时，舌抵上腭，用意念领气下达少腹部，同时默念第一个字，如“ 我 ”字；停动时舌不动，默念“ 松静病 ”字；呼气时舌落下，默念“ 愈 ”字。如果消化不良，食欲不振或消瘦者，采用口鼻兼用，先行吸气，舌抵上腭，默念“ 我 ”随之徐徐呼气，默念“ 吃美味 ”；舌放下呼毕停顿，默念“ 饭 ”，舌不动。默念良性词句，具有收敛思绪，排除杂念作用，而且良性词句有暗示、诱导，可产生相应的生理效应。选用词句可因病而异，如精神紧张选“ 松静 ”，心烦可选“ 美丽花草 ”等，反复进行 50 次。呼吸任其自然，把意念主要转到意守丹田。同时两手重叠劳宫穴，外抚心窝部。意守 15～30 分钟左右以后收功。每日练功 4 次，每次 30～60 分钟。

辅助疗法

●搅海漱津：闭唇用舌在口腔牙齿内外上下翻搅运转，左右各 18 次，然后舌抵上腭，待唾液增多，鼓漱 36 次，分三小口咽下，下咽时用意念诱导唾液慢慢到达丹田。

●擦摩丹田：两手搓热，先用手掌沿大肠蠕动方向，由右下腹，左上腹，左下腹而反到右下腹，绕脐作圆周运动，如此周而夏始 100 次；再将两手搓热，如上法以右手擦摩丹田 100 次。

●和带脉：自然盘坐，两手胸前相握，上身旋转，自左而右转 16 次，再自右而左转 16 次，扩胸时吸气，缩胸时呼气。

注意事项

生活规律，正确处理工作、生活、休息的关系，情绪乐观，劳逸结合，急性期应适当休息。饮食定时，进食不宜过快，避免过饱过饥，避免粗糙、过冷过热和刺激性大的饮食如香料、辛辣、浓茶、咖啡等，戒烟酒。病情严重时，可进流质饮食，少食多餐，症状好转后可进半流质或软食，以后逐步过渡到普通饮食。

泄泻（腹泻）

泄泻是指大便次数增多，便质清稀，甚则如水样，伴有腹痛的病症。多因外感六淫、饮食所伤、七情不和及脏腑虚弱等导致脾胃功能失调而致。症状为大便频数，类质稀薄如水样，腹中不适，或腹痛。

治疗

验方

●乌梅 9 克，河子 15 克。将二药共研细末，加适量蜂蜜调和，一日 3 次分服。收敛固涩止泻。主治久泄。

●大蒜 10 头，米醋 250 毫升。取大蒜洗净，捣烂如泥，和米醋徐徐咽下，每次约 5 瓣，日 3 次。消炎止泻。主治急性胃肠炎之腹泻，水样便。

●茄子叶 10 片。取茄子叶洗净，加水煎 20 分钟，去渣饮汤，日 3 次。收敛止泻。主治急性胃肠炎之腹泻不止，水样便。

●萝卜 500 克，将萝卜洗净，切片晒干，每取 50 克，加水 2 碗，煎至 1 碗，温服，日 2 次，行气健胃止泻。主治腹泻腹胀。

●黄瓜叶 250 克，醋 100 毫升，鸡蛋 2 个。取新鲜黄瓜叶，洗净切碎，用醋调匀，煎鸡蛋食之，一日 2 次。清热补中消食止泻。主治胃肠炎之泄泻属热性者。

●韭菜连根 250 克。洗净，捣汁，一次服下，以温开水冲服，日 3 次。补中止泻。主治急性胃肠炎之上吐下泻。

●鲜嫩藕 1500 克。洗净，捣烂后取汁，分 2 次用沸水冲服。清热凉血，开胃止泻。主治肠炎泄泻，食欲不振，发热。

●车前子 18 克。焙干研末，开水冲服，日 2 次，小儿酌减。清热利湿止泻。主治急性胃肠炎之泄泻。

●鱼腥草 200 克。取新鲜鱼腥草，用冷开水洗净捣烂，以温开水（可加白糖调味）送服。4 小时后见效，每 6 小时服 1 剂，连服 3 剂。清热解毒，利湿止泻。主治腹泻属热性者。

●山药 60 克，烤馒头 1 个。将馒头烤焦，碾成碎末，再将山药煮熟，沾馒头末食之，一日 3 次。健脾益胃止泻。主治慢性腹泻，久久不愈者。

●鸡内金、炒白术各 93 克。取鸡内金晒干，炒后与炒白术共研细末，每次服 6 克，日服 2 次。饭前开水冲服。健脾开胃、收涩止泻。主治脾虚日久泄泻。

●羊肝 1 具，白矾 30 克。取羊肝洗净破开，将白矾研面后入肝内，用砂锅文火炖熟，分 3 次吃完。温中补虚，收敛止泻。主治腹泻日久不愈，畏寒怕冷。

●锅巴、莲子肉、白糖各 120 克。取白米饭的焦锅巴，莲子肉共研细末，与白糖和匀，装入瓶中，于饭后 1 小时用开水冲服 4 匙，日服 3 次。健脾益胃，固涩止泻。主治脾虚久泻及老人虚泄。

●小米 50 克，淮山 25 克，大枣 5 枚。三药洗净，大枣去核，入锅共煮成粥，一次食下，日服 3 次，健脾养胃，补虚止泻。主治脾胃虚弱之大便溏泻。

●车前子 10 克，白术 10 克，小米 150 克。将小米洗净，加水煮熟成饭，车前子、白术共研细末，和小米饭服下，日 3 次。清热利湿，健脾止泻。主治腹泻有神效。

●嫩黄瓜 1 条，好茶叶 10 克。将嫩黄瓜洗净，好茶叶冲茶一碗，饮茶食黄瓜。服用期间忌腥冷。清热解毒，消食止泻。主治急性胃肠炎之水泄不止。

●鲜生姜 500 克，飞滑石 120 克，肉桂 10 克。取新鲜生姜洗净，捣烂取汁，晒干取粉，与肉桂、飞滑石调丸如绿豆大，每服 10 克，以开水送服，日 3 次。温中利湿，健脾止泻。主治急性胃肠炎之腹痛、泄泻清稀。

贴敷法

●吴茱萸 50 克，盐 100 克。将上 2 味共捣碎，放入锅内同炒热，甩布包乘热敷脐，冷则再炒再敷。主治寒性腹泻。

●胡椒 12 克，干姜 12 克，豆油 500 毫升，漳丹 240 克，鲜生姜、葱白各适量。以上除漳丹外，余药放油内浸 1 日，倾入铝内加热，将药炸枯过滤，再将油熬至滴水成珠时，离火，徐徐下漳丹，边搅边下，待出现大量泡沫时，仍置火上，熬至浓稠，取下，倾膏于冷水中，去火毒。用时取膏药摊至 3～8 平方厘米牛皮纸上，分别贴于神阙、脾俞、止泻穴上。3 日换 1 次。主治腹泻。

●硫磺 30 克，枯矾 30 克，朱砂 15 克，母丁香 10 克，麝香 0.5 克，独头蒜 3 枚（去皮），芝麻油 250 毫升，生姜 200 克，黄丹 120 克。将前 6 味药混合，捣烂如膏，制成黄豆大药丸。另将芝麻油入锅加热，放入生姜，炸枯去姜，熬油至滴水成珠时，徐徐投入黄丹，收膏备用。然后取药丸 1 枚，放于摊成的膏药中间，贴于神阙、脾俞、大肠俞，1 穴 1 丸，3 日 1 换，5 次为 1 疗程。主治寒湿泻和脾虚泻。

●吴茱萸 30 克，丁香 6 克，胡椒 30 粒。上药共研成粉，装瓶备用。每次用药粉 1～2 克与适量凡士林调成膏状敷脐部，每天换药 1 次。主治脾胃虚寒所致的腹泻。

●枯矾 50 克，面粉 20 克，米醋适量。将枯矾研为细末，加入米醋、白面，调和如糊状。取药糊适量，分别涂敷干涌泉（双）、神阙、止泻穴上，覆以纱布，胶布固定，1 日换 3～5 次。主治久泻不愈者。

●五灵脂 6 克，厚朴 12 克，陈皮 6 克，桂枝 8 克，甘草 6 克，菖蒲 30 克。将以上药物研成粉末熬制成膏药，外贴中脘、天枢、足三里、丹田穴。

主治腹泻。虚寒泻可先行推拿热敷治疗；久泻患者配合内服治疗。

敷脐法

●鲜苍耳草 2 份，鲜姜 1 份。上方共煮 3～4 次，去渣澄清，浓缩成稀糊状，然后，加入黄丹，500 克药糊，加黄丹 120 克，搅匀，外敷神阙穴。主治寒湿泻。

●艾叶、灶心土、门斗灰、吴茱萸各适量。上方共研细末，以醋炒敷于脐部。主治寒泻。

●炒五倍子 6 克，干姜 6 克（鲜姜加倍），吴萸 3 克，丁香 3 克。上方共研细末，用 75%酒精或 65 度白酒调成糊膏，敷神阙穴。1 日换药 2 次，连用 3～4 天。主治寒湿泻。

●炮姜 30 克。上方捣烂敷于脐上，盖过丹田穴（约长 2 寸 5 分、宽 1 寸），布包扎 1～2 小时。主治寒泻。

填脐法

●车前子、肉桂各等量。上方共研细末，用时取药粉 5 克填脐中，外用胶布固定，每天换药 1 次。主治寒泻。

●胡椒、硫黄各适量共研细末备用，每次取药粉 1.5 克，填撒脐内，用

胶布固定，隔日换药 1 次。主治泄泻腹痛，少腹发凉。孕妇禁用。

●松香 5 克。研末，填脐中，外用胶布固定。每日换药 1 次。主治寒泻。

●硫黄 6 克，枯矾 3 克，朱砂 0.1 克。共研末，水调为丸，填放脐中，外用胶布固定。主治气虚暴泻。

●巴豆、黄蜡各等份。共研细末，每次取黄豆大的药末填脐中，外用胶布盖贴。主治腹泻。

●细辛 3 克，荞子粉 3 克。共研细末，制成蚕豆大的丸子，将药丸放脐眼，纱布覆盖，胶布固定。主治腹泻。1 次即止。

●硫黄 2 克，丁香 2 克，白胡椒 2.6 克，绿豆粉 4.5 克。共研末拌匀，将药末少许填敷脐中，盖以纱布，胶布固定。主治腹泻。

熨脐法

●大葱、大粒食盐，上方共炒后，用纱布包起来，熨敷脐及脐周。主治腹泻。

灸脐法

●食盐 10 克。上方填脐，使凸出脐上 0.5～1 厘米，盐末上面放直径约 4 厘米的铁瓶盖（或用姜、蒜片等），瓶盖上放艾团（艾卷亦可），1 次灸 3～7 壮（或 5～10 分钟），每天灸 2～3 次。主治单纯性或寒性水泻，腹痛肠鸣。灸时患者有热、痒感，腹痛显著减轻。

鼻嗅法

●成药平胃散 2 包。将平胃散用布包起，放在枕边嗅其气，每次 30～50 分钟，也可将布包好之平胃散 1 包放脐上用热水袋慰之，每次 30～50 分钟，一般听到肠鸣，患者觉肚中发热再慰 15～20 分钟，每日 2～3 次。主治寒湿、虚寒泄泻。

灌肠法

●白头翁、白花蛇舌草、救必应各 30 克，川连须、赤白芍各 15 克。水煎取 200 毫升，每晚睡前保留灌肠。腹泻重，灌肠后难保留者，于药液中加藕粉 15 克同煎,腹痛明显者加 2%普鲁卡因 8 毫升灌肠,12～15 天为 1 疗程，间隔 5～7 天再作下一疗程，同时也可配用口服汤药。主治泄泻（慢性结肠炎）。

●苦参 10 克，川连 6 克，白艾 30 克，锡类散 2～4 支。可酌情加减，湿热甚加鸦胆子，出血多加仙鹤草、地榆，脾气虚加黄芪、淮山药。上药浓煎成 200 毫升，于每晚 8 时让病人排便后作保留灌肠（每 5～10 分钟移动体位 1 次）。10 次为 1 疗程，疗程间隔 2～3 天。少数患者一个疗程可收效，多数患者需重复 2～3 个疗程。主治泄泻（慢性肠炎）。

针刺法

●毫针：急性腹泻：天枢、足三里。慢性腹泻：脾俞、足三里。寒湿配中院、气海、三阴交、大肠俞；湿热配大肠俞、内庭、阴陵泉、合谷；脾虚配章门太白、中脘；肾虚配肾俞、命门、关元、太溪，腹泻甚者亦可配长强，小儿腹泻可点刺四缝。病情轻考，隔日 1 次，病情重者，每日 1 次，注意针刺后多有入睡现象。掌心微有汗出，疗效更佳。寒湿用平补平泻或补法加灸；湿热用泻法。脾俞用补法，湿灸盒灸神阙、天枢。肾虚用补法，湿灸盒灸神阙或肾俞。

●灸法寒湿腹泻：申脉穴。脾胃虚弱：①足三里、隐白、天枢等穴。②足三里、隐白、中脘。肾阳虚衰：①然谷、气海、足三里、隐白。②肾俞、

脾俞、水分、中脘等穴。③足三里、石门、然谷、中脘等穴。踝关节以下穴用艾炷灸 5～7 壮，膝关节周围穴用温灸器灸；腹背部穴用梅花针点刺，病程长用 7 头火针，病程短用 3 头或 5 头火针，针头烧红，在穴周围间距 1.5 厘米点 4 处，以听到“拍”声为佳。隔日 1 次，10 次为 1 疗程。寒湿腹泻即予艾卷灸双侧申脉穴，每穴 10 分钟，大部分灸 1～2 次即愈。

灸治法

●大肠俞（双）、关元、神阙、足三里（双）等穴。按艾条灸法常规操作。可先灸大肠俞（双）10 分钟，然后再灸其余穴位各 10 分钟，每天 1 次。主治腹泻。一般此法多用于单纯性腹泻，若伴高热，便有脓血患者，不宜用灸。

●腹泻特效穴（足外踝最高处直下，赤白肉际之处）按艾卷温和灸法操作。每穴每次各灸 10～15 分钟，每日灸 2～3 次，病愈为止。主治腹泻。此法多用于虚寒性腹泻。

●脾俞、天枢、足三里、上巨虚等穴。按太乙神针灸法常规施术。每穴每次灸 5～10 次，每天 1 次。本法亦可加用套筒施术。

火罐法

●神阙、天枢穴。患者取仰卧位。用口径为 6 厘米的中型火罐，在以神阙穴为中心，包括两侧天枢穴的部位，以闪火法或架火法拔 1 罐，留罐 10～15 分钟。隔 1 天或隔 4 天 1 次。主治腹泻。临床表现为大便溏薄次数多，或为清冷之灰尘白色稀便，或为完谷不化之食物残渣者。一般治疗 1～3 次即可减轻或痊愈。

●①天枢、关元、足三里、上巨虚等穴。②大肠俞、小肠俞、足三里、下巨虚等穴。按腧穴部位，选择不同口径火罐，进行拔罐法。两组腧穴交替使用，每日或隔日 1 次。主治腹泻。

刺络（刺血）拔罐法

●①天枢、大肠俞等穴。②足三里、三阴交等穴。③肾俞、大肠俞、天枢等穴。以上 3 组穴，可任选 1 组应用。天枢、大肠俞以细三棱针点刺后拔罐，使每穴出血 3～5 毫升；足三里、三阴交以细三棱针点刺后拔罐，使每穴出血 3～5 毫升；肾俞、大肠俞、天枢以细三棱针点刺后拔罐，使每穴出血 5～10 毫升。急性腹泻每天刺 1～3 次，慢性腹泻每天 1 次，5 天为 1 疗程，疗程间休息 5 天。

水罐法

●①腹侧：以神阙为标志，左右旁开两横指处；脐下每隔两横指一处，取 2～3 处。②背侧：以命门为标志，左右旁开两横指，由此向下每侧取 4～5 处。③四肢：内关、足三里、三阴交。将青霉素瓶制成的小抽气罐置于穴位处，紧贴皮肤，用 10 或 20 毫升注射器将罐中空气抽出，注入 4～5 毫升清水，小罐即紧拔于皮肤上，留罐 10～15 分钟。取罐后用纱布或毛巾将局部揩干。7 次为 1 疗程。每次依病情选取若干处治疗部位，再次时更换部位。体弱患者，罐内负压不宜太大，一般抽出 20 毫升刻度处即可。

走罐法

●背部两侧之膀胱经循行部位。患者取俯卧位，属头偏向一侧，左右臂自然放置躯于两侧，用 5～6 厘米直径的玻璃火罐，以闪火法使火罐吸住皮肤，沿背部两侧之膀胱经循行部位，自上而下，再自下而上地推移火罐。向下移动时用左手紧按罐上皮肤，右手持罐向下拉；向上移动时，用右手紧按罐下皮肤，左手持罐向上推。在反复推的过程中，罐口始终与皮肤平行接触，

动作要慢，用力要均匀，切勿使罐口所贴皮肤处过紧或过松。否则，一是推拉不动，二是空气进入罐内火罐脱掉，而起不到拔“走罐”的作用。一般 1 次反复推拉 2～3 遍，使两侧皮肤充血发红即可，然后按常规起下火罐，每天 1 次，10 次为 1 疗程，间隔 5 天后再进行第 2 疗程。主治五更泻。如局部有血管瘤或疖肿时，不适用此法。

刺络走罐法

●背部督脉线、膀胱经内侧线及夹脊线，上至第一胸椎，下到骶柱。施治部位常规消毒后，取七星针弹刺。属脾虚者重叩脾胃俞、大肠俞微出血：肾虚者重叩脾命、肾俞、命门微出血；肝脾不和重叩脾俞、胃俞、肝俞微出血。然后再在重叩处常规消毒，并在脊背处拍撒温开水，用闪火法吸拔大口径火罐，反复走罐，以皮肤稍红为度，每天 1 次，10 次为 1 疗程，疗程间隔 3～5 天。主治慢性腹泻属脾虚、肾虚或肝脾不和者。

针灸罐法

●主穴：神阙。配穴：足三里，嘱患者仰卧位，用 75%酒精常规消毒穴位皮肤，选用 1 根 2 寸毫针，采用快速手法直刺神阙穴，进针 0.5～1 寸。再选用 1 根 3 寸长毫升直刺足三里，进针 2～2.5 寸深，中强刺激，平补平泻手法，留针 30 分钟。起针后在神阙穴拔罐 3～5 分钟，应使穴位皮肤红润、充血、不起泡，防止烧伤。起罐后用艾条湿热灸每穴 15 分钟。每日 1 次，5～7 天为 1 疗程。疗程间休息 2～3 天。主治各种腹泻。①神阙穴古有禁针之说，故针治中应增强无菌观念，把握严密消毒及进针深度始能保证无任何副作用。②要求每穴均有酸沉、麻木、胀痛、热及触电样感觉。③本病治疗越早，疗效越好。

气功疗法

●预备姿势：平行站立，两脚分开与肩同宽，两膝微屈（约 120°），成半马步状；上身勿前倾后仰，两臂自然下垂，胸部放松，自觉小腹部充实，回收下颌，头略有上顶之意，两肩有下坠之感，舌抵上腭。呼吸法：采用缓慢绵长的深呼吸法，用鼻呼吸。动作：吸气时，两脚十趾随吸气逐渐用力抓地，上提脚心，两手随吸气握拳并逐渐用力握紧，用力撮提肛门。此时全身肌肉随吸气逐渐紧张起来，吸至极点时全身用力亦至极点。略一停顿，转为呼气。呼气之时，气缓缓呼出，随呼气两脚十趾、双手、肛门、颈项及全身肌肉由上至下逐渐放松，呼尽时，全身肌肉处于放松状态。意念：随吸气，以意想有气体由涌泉顺小腿及大腿内侧升至会阴，由此入于小腹之中，自感吸气时小腹内充满气体；随呼气，意想气由小腹出至会阴，顺大腿、小腿内侧下至涌泉而排出体外。此功要求每做 1 次后，略加休息放松，也可站立放松一下，待呼吸平稳之后，再摆好姿势做下一次，用力逐渐增加。每日早晚各行 36 次，勿多行，早晨起床即做，对晨泻尤佳。本功法对一切因中气下陷所引起的疾病均有疗效，对于晨泄（即五更泻）其效甚奇，对于功能性的长期腹泻、脱肛、子宫下垂、胃下垂均有较好疗效，对器质性病变也有一定的缓解症状作用。

说明：①本法无病者勿练；②高血压、心脏病、疝气者忽练；③病情好转之后逐渐减少用力，症状消失后，渐次停止练功；④不要过分用力。

辅助疗法

1.卧功：睡前平卧于床上，意守丹田，自然呼吸，以一手掌心按摩脐部，以脐为中心，逐渐增大按摩范围，顺、逆时针各按摩 36 次，直到腹部发热为止。

2.揉腹：将两手搓热。先用左手手掌沿大肠蠕动方向绕脐作圆圈运动，即由右下腹行右上腹、左上腹、左下腹而返至右下腹，如此反复 100 次，然后以右手搓丹田 100 次。

3.和带脉：自然盘坐，两手相握，上身旋转，自左向右转 16 次，再自右向左转 16 次，探胸时吸气，缩胸时呼气。

注意事项养成良好生活习惯，解除紧张情绪，饮食上以易消化、富有营养为原则，宜少食多餐，忌食生冷、酸、辣及油腻之品，练功后容易饥饿，可以加副餐，但勿过饱。

腹痛

腹痛是指胃脘以下，耻骨毛际以上发生疼痛的病症。常由外感、内伤、饮食、情志及虫积等因素所致。腹痛性质可有冷痛、灼痛、隐痛、胀痛、满痛、绞痛、刺痛等。

治疗

验方

●雄黄、大蒜各 50 克。雄黄研成细末，大蒜捣烂，和雄黄为丸如弹子大，每细嚼 1 丸，温酒送下，不可再服。通阳行气，缓中止痛。主治腹痛胀急，冲心攻胁，或垒块涌起，牵引腰痛。

●白芍、炙甘草各 20 克，姜 5 片。三者入锅，加水 200 毫升，煎至 80 毫升，温服，日 2 次。缓急止痛。主治四时腹痛，痛时无定处，满腹疼痛，头汗淋漓，手按也痛，不按也痛。

●芍药、当归各 10 克。二者研成细末，加水二碗，煎至半碗，温服，日 2 次。缓急止痛，活血补血。主治腹内痛不可忍。

●木香、槟榔各 10 克。二者焙干，研成细末，和酒混匀后服下，日 2 次。行气止痛。主治气积腹痛，移动不定者。

●莲蒂老丝瓜 1 个。老丝瓜烧存性为末，冲酒服，日 2 次。温阳散寒，缓急止痛。主治厥逆腹冷痛。

●连须葱、老姜、萝卜各等量。共捣烂，分为 2 份，炒热，交替熨痛处。主治腹痛。

●生姜、葱白。共捣烂，热酒冲服，或敷脐部。主治寒性腹痛。

●带壳龙眼、米酒。焙干研末，每次服 10 克，米酒送服。主治寒性腹痛。

贴敷法

●附子、巴戟、炮姜、炒茴香各 30 克，官桂 21 克，党参、白术、当归、吴萸、炒白芍、白茯苓、良姜、炙甘草各 15 克、木香、丁香各 12 克，沉香 9 克。操作将上药研末，生姜汁调，加麝香少许敷中脘。或用油丹熬贴中脘处。主治脾胃虚寒之心腹疼痛。

●赤芍 20 克，桃仁 10 克，红花 6 克，木香 6 克，延胡 12 克，香附 6 克，官桂 6 克，乌药 6 克，姜 3 克。将上药研细末或煎后取药汁，调拌面粉或凡士林制成饼状，加热后敷贴腹部。主治腹痛。

●胡椒 25 粒，丁香 20 粒，广木香，广丹各 6 克，生明矾、食盐各 5 克，米醋适量。将上诸药混合粉碎为末，过筛，加醋调和如糊。取药糊涂敷神阙、内劳宫（双）上，盖以纱布，胶布固定后以两手掌合位放于阴部，覆被卧睡，取微汗出即愈，主治腹痛。

●吴茱萸、小茴香各等份。上方研细末，装瓶备用。成人每次取 0.2～0.5 克，热酒调和，干湿适度，纳脐中，上用纱布覆盖，胶布固定，每日 1

次，以痛解为止。主治虚寒性腹痛。

●枯矾 6 克，胡椒每岁 1 粒，葱白 5 寸，大枣 1 枚。前 2 味研末，大枣去核，葱白连须用，诸药混合，捣融如膏。取药膏约 5 分硬币略大而稍厚，贴于神阙、天枢、关元穴，盖以纱布，胶布固定，每日 1 次。主治寒实腹痛。

●吴茱萸 30 克。将吴茱萸研成细粉，加入适量生姜汁、黄酒煎熬成膏状，敷贴于痛处，主治寒滞肝脉致少腹痛。

●大黄、山栀、芒硝各 10 克。上药共研细末，加入 75%酒精 10 毫升，蓖麻油 30 毫升，调成糊状，平摊于两层纱布的夹层中，中心处稍厚，将四边缝合，敷贴痛处，外用胶布固定，上盖塑料薄膜，以防药物渗出，1 日 1 次。主治腹痛。

●艾叶、花椒各 100 克，酒药子 1 粒，莪术 6 克，芒硝 15 克，韭菜蔸、鲜葱蔸各 10 个，鲜苦楝根皮 125 克，橘叶 30 克。将艾叶、花椒、酒药子、莪术、芒硝研成细末，再将韭菜蔸、鲜葱蔸、鲜苦楝根皮、橘叶切碎，把药物混合后，加酒炒热外敷，用包巾固定敷紧。胆蛔虫敷剑突下，肠蛔虫敷脐部，敷药保持在 37℃以上的温度，可用热水袋保温，每日 1 剂，严重者 2 剂。主治蛔虫病所致腹痛。

●白术 128 克，茯苓、白芍、六神曲、麦芽、香附、当归、枳实、半夏各 64 克，陈皮、黄连、吴萸、山楂、白蔻仁、益智仁、黄芪、山药、甘草各 22 克，党参、白术、木香各 15 克。上药麻油煎，黄丹收。贴心口和脐上。主治腹痛。

●胡椒 10 克，干姜 8 克，雄黄 3 克，吴茱萸 12 克。将以上各药共研细末，用姜汁调拌，敷贴两侧腹。主治腹痛。

敷脐法

●吴茱萸、干姜、丁香各 50 克，小茴香 75 克，肉桂、生硫黄各 30 克，山栀子 20 克，胡椒 5 克，革拔 25 克。上方共研细末备用，用时每次取药末 25 克（小儿用 15 克），加等量面粉和匀，用温水调为糊状，敷脐上，外用纱布包扎固定，并以暖水袋热敷，每日换药 1 次。主治脾肾阳虚，阴寒内盛所致的腹疼腹胀，恶心呕吐，肠鸣泄泻，寒疝尿闭，四肢阙冷等。

●生白芷 60 克（研碎），小麦粉 15 克。上方和匀，醋调糊状，敷脐眼约碗口大，用稍大的碗盖上，经过 1 小时或 2 小时，即出汗，疼痛可除。主治脐周绞疼。

●胡椒 25 克，丁香 20 粒，广木香、广丹各 6 克，生明矾 15 克，食盐 5 克，米醋适量。上方混合共研为末，过筛，加醋调和如糊，涂敷神阙穴，盖以纱布，胶布固定后，以两手掌合住放于脐部，覆被睡卧。取微汗出即愈。主治虚寒腹疼。

●吴茱萸、生姜各 12 克。共捣如糊状，摊敷脐上，外盖油纸或塑料薄膜，胶布固定，每日换药 1 次。主治寒症腹痛。

●艾叶 60 克，生姜、花椒叶各 6 克。共捣烂，酒炒如糊状，敷脐部，外盖以纱布或塑料薄膜，胶布固定，每日 1 换药。痛止为度。主治腹痛属寒者。

●青木香、香附米、萝卜各 9 克，共捣烂，以开水调炒，乘热敷脐部，以痛止为度或每日换药 1 次。主治腹痛属热者。

●山苍子 15 克，食盐少许。共捣烂，敷脐部，以痛止为度。主治急性腹痛。

●灶心土、葱白、田螺（烧灰）各 30 克。上方共捣和作饼，贴脐上，外

盖纱布，胶布固定。主治腹痛属虚寒者。

●大枣 1 枚（去核），枯矾 6 克，胡椒（按患者年龄每岁 1 粒）适量，葱白 5 寸（连须用，去掉泥土，不需水洗）。共捣如膏，每取药膏如 5 分硬币略大而稍厚，分别贴敷于神阙、天枢、关元、中脘穴，胶布固定，每日 1 次贴 3～4 小时。主治寒性腹痛。

●阿魏、木香、丁香各少许。上方研面，掺于膏药或胶布上，贴脐部。主治腹绞痛。

填脐法

●蜘蛛香 16 克捣烂，研末，填脐眼，外盖纱布，胶布固定，每日 1 次，数次可消。主治气痞腹痛。

●艾绒、食盐各适量。共炒透热，待温度适宜后，填满脐眼，外加纱布包扎固定，每日 2 次。主治瘀症所致的腹中绞痛剧烈，以及一切风寒所致的腹中冷痛等症。

●小茴香、吴萸各 6 克，共研细末，酒炒，填纳脐中，外盖纱布，胶布固定，每 1～2 日 1 次。主治寒性腹痛。

熨脐法

●食盐 1000 克，或麸皮 250 克，或姜渣 500 克。取一种上锅炒热，布包，遍熨腹部。一般先由上而下，由右至左，冷则易之。主治寒性腹痛。

●艾叶、莱菔子各 30 克，盐 10 克。共炒热，以布包裹熨脐腹部，痛止为度。主治腹痛。

灸脐法

●食盐 5～10 克，艾炷适量。先将食盐炒热研末备用，用时将盐末放脐内，厚约 0.3 厘米，上置艾炷灸之，灸至脐部有较明显的烧灼感时，将艾炷压灭。再点燃一个艾炷灸之。主治急性胃肠炎、肠痉挛、慢性肠炎等病引起的腹痛。

●艾炷 10 灶，附子饼 1 枚。先将附子饼放于脐上，然后以艾灸之。每穴每次 5～10 壮，每日 1～2 次，痛止即停灸。主治脾肾阳虚腹痛。

兜脐法

●白芷、川芎、徐长卿、花椒各适量，共研细末，制 1 个兜肚，装入药末，盖在脐腹部。主治慢性肠炎、肠粘连、盆腔炎引起的慢性腹痛。为防止药气味走漏，兜肚用软革做外皮。

熏脐法

●枯矾适量。研末，用纸做成药捻，每根药捻重 3～5 克，每早取药捻蘸油点燃后熏脐。主治脐腹冷痛。

拔罐法

●麝香 0.3 克，天南星 1.5 克，藏红花 0.6 克，铜丝草 12 克。上方以好烧酒浸泡，装瓶，密封，7 日即可应用。用时将药筒或大火罐内放药酒 3 克，先将药筒或大火罐转 1 圈，使药酒均匀地附着于内壁。然后按药筒拔法操作，拔于足三里、天枢、神阙穴，每日 1～2 次。主治寒实腹痛。

坐药法

●细辛、皂角各等份，蜂蜜适量。上药共研末，蜂蜜炼制滴水成珠状，掺入药粉，按 3∶7 混匀，制成条状，塞肛门。主治虫积腹痛。

灌肠肛点法

●大黄 10 克（后下），茵陈 30 克，枳实、枳壳、黄芩各 10 克，蒲公英

15 克，金钱草 30 克。煎取 200 毫升，温度在 38℃，按保留灌肠法操作，保留灌肠 20 分钟，可排水样便 250 毫升。主治食滞腹痛。

呕 吐

呕吐是由于胃气上逆造成，病因即可来自体内，又可来自体外。呕吐可见于多种疾病，如胃肠型感冒、急性胃炎、急性黄疸型肝炎都会主观呕吐的症状。另外伤、食物中毒、晕车晕船、妊娠发应等也都能引起呕吐。症状为饮食或痰涎等从胃中上涌，呕吐，嗳腐食臭，恶心纳呆，胃脘胀满等症。

治疗

验方

●白垩土 500 克，米醋 1 升，干姜 12 克。将白垩土煅赤，以米醋淬之，再煅再淬，醋干为度，取 50 克研末，干姜炮后研末，两者混匀，每服 5 克，日服 3 次，连服数日。温中和胃，降逆止呕。主治翻胃呕吐。

●党参 100 克。将党参拍破，加水 500 毫升，煮取 100 毫升，趁热服下，日 2 次。益气补中，降逆止呕。主治气虚之翻胃呕吐。

●蚕茧 10 个，鸡蛋 3 个。将蚕茧加水煮取汁，蒸鸡蛋 3 个，熟后以无灰酒送下，日二服。补中益气，降逆止呕。主治翻胃呕吐，神效。

●鸡内金 1 个。男取雌、女取雄鸡内金，烧存性，以酒调服，日 2 次。健脾和胃，降逆止呕。主治翻胃呕吐。

●吴茱萸、木瓜、食盐各 25 克。三者入锅同炒至焦，先将磁罐盛水 1000 毫升，煎百沸，入药同煎至 150 毫升，随病人意，冷热服下，一日 2 次。清热利湿，温中止呕。主治霍乱上吐下泻。

●白槟榔 1 个，煨橘皮 0.5 克。将二药炙后研末，加水 1 碗，煎至半碗后服下。行气和胃，降逆止呕。主治呕吐不止属气郁者。

●莺粟米 150 克，人参末 100 克，山芋 5 寸。将山芋洗净细切研末，三物加水 3 升，煮取 600 毫升，入生姜汁及盐花少许和匀，分 3 次服，不计早晚。健脾补虚，降逆止呕。主治翻胃呕吐。

●鲫鱼 1 尾，绿矾适量。将鲫鱼去肠留鳞，洗净，入绿矾令满，泥固，煅存性，研成细末，每服 5 克，米汤送服，日 2 次。降逆止呕。主治翻胃呕吐。

●生姜 2 片。洗净，切片，用伤湿止痛膏外敷内关穴，10 分钟后，呕吐大减。降逆止呕。主治神经性呕吐。

●河黎勒 100 克。去核，捣为末，蜜和丸和梧桐子大，空腹服 20 丸，温水送下，日 3 次。降逆止呕。主治恶心呕吐不能食者。

●面、醋各 50 克。将面、醋和作弹子 20 枚，沸汤煮，再盛浆水 2 升，弹丸汤内漉出，于浆水中看外热气稍减，乘热吞 2～3 枚，呕哕未定者再作吞之。和胃降逆止呕。主治呕哕不止者。

●生滑石 10 克。用温水送服生滑石末，再以热面半碗食下。化痰清热，降逆止呕。主治暴吐逆不下食。

灌肠法

●大黄、厚朴、枳实、芒硝各 30 克。虫积加使君子、槟榔、榧子；瘀毒加桃仁、丹皮、赤药；湿热加黄连、黄柏、白头翁；痈肿加红藤、败酱草、丹皮；痰热加竹茹、半夏、胆星；火毒加黑丑、甘遂、大戟；寒实加附片、干姜、巴豆。上药水煎过滤，取浓汁 400 毫升，冷却至 37℃为宜，每次 200 毫升，保留灌肠 20～30 分钟，4 小时后可重复灌肠。主治各种原因引起的急重呕吐。

擦舌法

●生姜 3 片、乌梅（去核）3 个。将上药用开水浸泡，待药软后取药蘸药液频频擦舌，1 日 5～6 次。（药液为生姜乌梅浸泡液）。主治妊娠呕吐。

针刺法

●下都穴。自然握拳，手背四、五指缝尖上方约 0.5 厘米处为下都穴。避开可见静脉，用竞针顺掌骨间隙刺人 0.5～1 寸，左右捻转数次，以得气为度。一般先刺单侧，15 分钟后如效差再加刺对侧，留针 20～60 分钟，中间每 15 分钟运针 1 次。降逆止呕。适用于胃炎、溃疡病、肝胆病、阑尾炎、胃神经官能症、食管癌、晕动症、内耳眩晕症、一氧化碳中毒、咽炎、感冒等引起的恶心呕吐。

●毫针：痰湿内停取内关、公孙、中脘、丰隆；饮食积滞取天枢、中脘、足三里，点刺四缝穴；肝气犯胃取太冲、中院、足三里；脾胃虚弱取脾俞、中脘、足三里。实症用泻法，虚症用补法或加灸。

外科疾病

腰椎间盘突出症

腰椎间盘突出症是指腰椎间盘退行变化或外伤后腰椎间盘纤维破坏引起椎间盘向椎管内后方突出，压迫神经根所导致的以腰痛及一系列神经根症状为特点的病症。症状为腰痛、下肢放射性疼痛，所有脊柱弯曲，脊柱运动受限、腰部压痛，叩击痛，走路腿不敢迈大步等症状。

治疗

西药

可选用消炎痛、布洛芬、维生素 B1、B6、B12、C 及三磷酸腺甘肌甘、烟酸、潘生丁等药物治疗。疼痛明显者，可用 2%普鲁卡因加醋酸氢化可的松（或醋酸强的松、氟美松）行椎旁痛点封闭。

中成药

腰腿痛明显者，可选用左归丸。

验方

●丝瓜络 20 克，红花、当归、制香附、秦艽、牛膝、炙地龙各 15 克，桃仁、羌活、乳香、五灵脂、炙甘草各 10 克，酒大黄 8 克。水煎服，每日 1 剂分三次。主治腰间盘突出症之腰部刺痛，痛有定处、疼痛拒按者。

●寄生 30 克，熟地、炒山药、枸杞子各 20 克，菟丝子、杜仲、山茱萸、狗脊各 15 克，鹿角胶 10 克，熟附子 8 克，肉桂 4 克。水煎，每日 1 剂分三次服。主治腰间盘突出之腰膝下肢痛，缠绵不断，畏寒，劳累后加重，休息后减轻者。

艾灸法

【取穴】胸 2～5 夹背，腰骶部位，疼痛部位经脉循行周围，压痛点。按艾炷直接灸法常规施术。每穴灸治 15 分钟，每日 1 次，10 次为 1 疗程，疗程间隔 5 天。主治腰椎间盘突出症。施术后，可在阿是穴处拔火罐或用药物热敷。

●病变压痛点（呵是穴）、八髎、秩边、风市、阳陵泉、足三里、昆仑等穴。按艾卷温和灸法操作施灸。每次选用 3～5 个穴位，连续熏 10～20 分钟，至局部皮肤发红为止。每日灸治 1～2 次，7～10 次为 1 疗程，疗程间隔 3～5 天。主治腰椎间盘突出症。施术时，可适当配灸肾俞、腰阳关、环跳、承山、神阙等穴。

●病变压痛点（阿是穴），八髎、秩边、风市、阳陵泉、足三里、昆仑。按温盒灸法程序施术。每次选用 5～7 个穴位，把温灸盒置于所选部位的中央，点燃一长约 4 厘米的艾卷，对准穴位放在铁纱上，盖好即可。每次施灸 10～20 分钟，每日灸治 1 次，7～10 次为 1 疗程。疗程间隔 3～5 天。主治腰椎间盘突出症。施术时，可选肾俞、环跳、承扶、委中、绝骨等穴与上述穴位交替使用。

●阿是穴、八髎、秩边、足三里、阳陵泉、昆仑等穴。按艾炷隔姜灸法程序操作。每次选用 3～5 个穴位，每穴施灸 5～7 壮，每日灸治 1 次，7～10 次为 1 疗程，疗程间隔 3～5 天。主治腰椎间盘突出症。施灸期间，病人下肢、腰部均宜做好保温，避免风寒湿不良刺激。

药熏蒸气灸

●取红花、透骨草、刘寄奴、土鳖虫、秦艽、荜拨、川芎、艾叶各 10 克。上述药物加水置于功率 700 瓦的电炉上加温，并将其放在治疗床下，相距治疗洞口(直

径 25 厘米）约 20～50 厘米。患者卧于治疗床上接受蒸气熏蒸，每日 30 分钟，l 日 1 次，6 次 1 疗程。主治腰椎间盘突出症。

刺络（刺血）拔罐法

●胸 2～5 夹脊、腰骶部位、疼痛部及经脉循行周围、压痛点。局部皮肤常规消毒后，用梅花针重叩局部皮肤，尤以在夹脊穴处作重点叩打，使皮肤发红并微出血，然后拔火罐，如能拔出少量瘀血则疗效更佳。主治腰椎间盘突出症。本病患者在急性期宜卧硬板床休息，如病情有好转时宜结合适当的活动，但必须防止过度屈伸及弯腰负重，以免复发。同时病人下肢、腰部均宜做好保温，避免风寒湿不良刺激。

针罐法

●环跳、昆仑、阳陵泉、委中、腰 4～5 夹脊穴、关元俞、大肠俞等穴。针刺采用泻法，夹脊穴、环跳穴可深刺，使针感自传至足部，以除深邪远痹。其它穴位针刺以有针感为度，留针 20 分钟，每 10 分钟行针 1 次。用长针处可起针后再拔火罐，用短针处可针刺 20 分钟后直接在针上拔罐。留罐 15～20 分钟，每日 1 次，2 周为 1 疗程。主治腰椎间盘突出症而引起的坐骨神经痛。拔罐时间根据负压大小而定，预防时间过长起泡。

针灸罐法

●四腰穴（位于第 4 腰椎棘突水平旁开 2 寸处）用 2.5～3 寸长 28 号毫针，针刺方向与皮肤呈 65～80 度角，快速捻转入患侧四腰穴，进针 2～2.5 寸时，患者即诉有触电感，自腰部向下肢放射。这时针感由强慢慢减弱，持续数分钟后由弱转强，即可出针。再加拔火罐 10～15 分钟。然后再用艾盒熏灸（盒内装 2 支点燃的 4 寸长左右的艾条）。同时对大多数患者可刺患环跳、阳陵泉，上下一起进针，用颤动术不断地捻转提插，使针感上而下，由下而上几个来回后出针。患者一般反应是针刺时反映剧烈些，针后非常舒适。本法每天 1 次。12 天为 1 疗程，每疗程之间体息 1～4 天。主治腰椎间盘突出症所致的坐骨神经痛。

气功疗法

●仰卧势：仰卧于硬板床上，双手重叠，掌心向下，置于上腹部；双下肢伸直，两足跟相距一拳，全身放松。呼吸采用鼻吸口呼。以第 5 腰椎棘突定点，吸气时意念脊柱向上伸引，呼气时意念臀部及双下肢下沉。如此反复 49 次。健侧卧势：继仰卧势后向健侧翻身，健侧之手扶头代枕，下肢微屈。患侧之手捂住同侧秩边穴，下肢屈曲，足弓置于对侧小腿中部，膝部轻贴床面。全身放松，轻闭双唇，以鼻自然呼吸。首先意念健侧坐骨神经通路（即臀部、大腿后侧、小腿后外侧、足外侧）。使健侧坐骨神经部位的通畅舒适感印入脑海，共 49 息。然后将这种通畅舒适感输入患侧坐骨神经通路，意念中，在上之手掌捂住秩边穴还会产生一股暖流（如意念中不能产生，则可用手掌稍加摩擦即可产生），通 行于坐骨神经通路，如此共 49 息。仰卧蹬腿势：接上势，缓慢转身，重新改为仰卧位，双手重叠枕于头下，双下肢同时屈髋屈膝上收，然后悬空蹬足，最初 7 次宜为，以后蹬的次数逐渐递增，但不可操之过急。

辅助疗法

●伸屈两侧髋膝关节至最大限度，并用双手按压屈曲的双膝，使其反复接触胸腹部 5～10 次，再伸直小腿。

●将健侧腿慢慢抬举到 90 °，放于身体两侧肋部，再摇摆双肩，两手也

随之摆动，腰部随之扭动，共 24 次。

注意事项

应卧床休息 3 周。睡硬板床，禁止坐起或站起，包括进食及大小便。症状基本消失后，可在腰围保持下起床活动，但应避免弯腰、负重和过度劳累。康复后要加强腰背肌锻炼，如背伸、腰旋转、上肢越头交叉运动等。劳动或运动时，要注意腰部的保护。

软组织损伤

软组织损伤是指人体各关节、皮，肌肉，筋络等部位的损伤。主要由遭受外来暴力撞击，强力扭伤，牵拉压迫或跌仆闪挫等原因引起俗称“伤筋”。主要是疼痛、瘀血、肿胀和活动受限。

治疗

验方

●虎胆草 1 份，毛九节 2 份，人中白 0.4 份。上药共研细末，加米酒浸泡备用，每服药酒 30 毫升，每天 1～2 次。活血止痛。主治跌打损伤，骨折疼痛。

●白粘草（又名起死回生草）5 份，人中白 3 份，用酒或开水冲服，每次 15 克，每日二次。主治跌打损伤。

●野菊花 30 克，童便一碗，水酒一碗（约 60 毫升）。十一月采野菊花连枝叶阴干，用时取 30 克，童便酒同煎温服。主治跌打损伤，不省人事。

●苏木 70 克。将苏木捣烂，用水、酒各 500 毫升，煎取 500 毫升，分为三次，每日早、中、临睡前空心各服一次，孕妇忌服。主治跌打损伤，外伤血肿肿痛。

●田螺 1 只，三七粉少许，米酒适量。田螺焙干，研成细末，与三七粉混匀，用米酒（加热）冲服，每日 1 次。主治跌打损伤。

●五灵脂 15 克，蒲黄 9 克。上药研末，先用醋煮透，再加水煮沸服之，每日一次，3～5 日即愈。活血散瘀。主治跌打损伤，瘀血作痛。

●土鳖虫 3 克，红花 3 克。共研细末，一次服下，每日一次。主治跌打损伤。

敷贴法

●青松毛不拘多少，酒糟适量。用青松毛加酒糟一同捣烂，外敷患处。主治软组织损伤、扭伤、瘀血肿痛。

●皂角、生地、大黄各 10 克，赤小豆粉 50 克。将上药共研细末，用醋调敷患处。活血消肿。主治跌打损伤，瘀血肿痛。

●半夏 5 克，藿香 5 克，猪牙皂 3 克。共研细末，瓷瓶装好备用，用此散吹入鼻孔，男左女右片刻即醒。主治跌打损伤，不省人事。

●芥子末 50 克，醋适量。将芥末加醋调为糊状，外敷患处。活血散瘀。主治瘀血肿痛。

●糯稻杆灰适量，75%酒精或白酒适量。稻杆灰加酒精调成糊状，敷于患处。主治扭伤肿痛。

●萝卜适量。洗净切碎，捣烂为泥，敷于患处。行气活血消肿。主治打仆损伤，瘀血肿痛。

●赤小豆、大黄各适量。上药研末，取醋适量调敷患处。活血化瘀，消肿止痛。主治软组织损伤，扭伤等。

●樟脑、白酒各适量。樟脑入白酒中浸泡。蘸酒遍涂患处。祛瘀止痛。主治软组织损伤。

●当归尾、赤芍、红茜草、透骨草各 9 克。本方药味忌见铁器，用大砂锅熬。水开后火勿太急，约炖两小时即妥。用时，先喝两碗，其余药汤乘热烫洗肿处。主治急性软组织损伤。

●当归尾 6 克，川芎 9 克，大黄 6 克，红花 6 克，木瓜 9 克，杜仲 9 克，

川牛膝 6 克，川续断 9 克，血竭 9 克，透骨草 9 克，穿山甲（炒）9 克，赤芍 6 克，乳香 9 克，没药 9 克，自然铜（煅）9 克。水煎一小时，约剩一斤或半斤，放在洗脸盆内，乘热洗患处，冷后再热再洗。一剂药可洗 2～3 次，洗至不疼时为止。主治急性软组织损伤。

●海桐皮、铁线透骨草、明净乳香，没药各 6 克，当归（酒洗）5 克，川椒 9 克，川芎 3 克，红花 3 克，威灵仙、白芷、甘草、防风各 2 克。共研粗末，装白布袋内，扎口煎汤，熏洗患处。主治急性软组织损伤。

●防风、荆芥、川芎、甘草各 3 克，当归（酒洗）、黄柏各 6 克，茅山苍术、牡丹皮、川椒各 9 克，苦参 15 克。共合一处，装白布袋内，扎口。水熬滚，熏洗患处。主治急性软组织损伤。

●鲜韭菜根 240 克。加水 3000 毫升，煎至 2500 毫升过滤，外洗或外敷均可，受伤 48 小时以内，将药液冷却，敷于患外；受伤 48 小时以后趁热熏洗或外敷。每日早晚各 1 次，每次约 30 分钟，2 天更换 1 次药液。主治急性软组织损伤。

落 枕

落枕是由于睡眠姿势不当或受风而导致的以颈部强直酸痛不适，转动不灵活为特点的病症。症状为晨起后感到颈部强直，仰俯左右转动不自如，向一侧歪斜加重，颈肌紧张，压痛广泛。

治疗

验方

●粉葛根、川桂枝、杭白芍、生姜、大川芎、藁本、蔓荆子、芥穗、青防风、片姜黄、生甘草各常规量。水煎服，每日 1 剂。主治落枕、风寒型颈肩痹证。

敷贴法

●冰块适量。隔毛巾用手握住冰块贴患处推动按摩，每次 10—15 分钟，1 日 1～2 次。主治落枕。

●葱白、生姜各适量。上药捣烂，炒热，包布敷烫患处，每次 30 分钟，1 日 2～3 次。主治落枕。

●木瓜 60 克，土元 60 克，大黄 150 克，蒲公英 60 克，栀子 30 克，乳没 15 克。上药研细备用。取适量调凡士林敷患处，日 1 次，3 日 1 疗程。主治落枕。

●鲜毛莨全叶适量，红糖少许。将 2 味共捣烂如膏状制成如黄豆大 2～3 粒，贴于阿是穴，兼敷贴配穴（天柱、肩外俞、悬钟、后溪）1～2 个，各穴交替使用。贴药后盖以纱布，胶布固定。24 小时后除去，一般贴 2～3 次可愈。主治落枕。若敷药 1～4 小时后局部出现烧的痛感，并且局部起泡，可将药揭去，按常规处理。本药有毒，外敷面积不宜过大，勿入口、眼内。

灸治法

●颈部阿是穴、风池、天柱、大椎、肩中俞、大杼。操作按艾卷温和灸法操作施灸。每次取 3～4 个穴位，每穴每次施灸 15～30 分钟，1 日 1～2 次，3 次为 1 个疗程。主治各型落枕。艾卷一般距皮肤 3 厘米。

●阿是穴（压痛点）、大椎、肩髃、曲池、足三里、阳陵泉。按温针灸法操作程序施木。每次选用 2～4 个穴位，每次施灸 2 壮，每日或隔日灸治 1 次。主治落枕。施灸前先行针刺补泻手法，得气后留针，再施灸。

●局部阿是穴、风池、天柱、大椎、肩中俞、大杼。按温盒灸法施灸。每次选用 2～3 个穴位，每次施灸 10～20 分钟，每日灸治 1 次，3 次为 1 疗程。主治落枕。

药熏蒸气灸

●按药熏蒸气灸法常规操作施术。取伸筋草 9 克、海桐皮 9 克、西秦艽 9 克、当归尾 9 克、川羌活 9 克、钩藤 9 克、红花 6 克、乳香 6 克、没药 6 克。上药加水煮沸 5～10 分钟，趁热熏蒸患处，俟温用药液渍洗患部，每次 20～30 分钟，1 日 2 次。主治气滞型落枕。施术时注意避免烫皮肤；每剂药可连续使用 3 次；一般此法使用 3～4 次即可痊愈。

敷灸

●按敷灸法常规操作施术。取川木瓜 60 克、地鳖虫 60 克、生大黄 150 克、蒲公英 60 克、生栀子 30 克、生乳香 15 克、生没药 30 克。将上述药物研末备用。适量凡士林调如膏状敷于患处，1 日次，3 日为 1 疗程。主治落枕。施灸前若先按摩患处，后敷灸，此药效果更佳。

●颈部阿是穴。按敷灸法施术。取蓖麻叶适量捣烂如泥膏状，敷贴于颈部阿是穴，上覆油纸固定，1 日 1 次，3 天为 1 个疗程。主治风寒型落枕。施术期间应注意保暖避风寒。

●按敷灸法操作施灸。取生桃叶适量用布袋包好，水蒸煮后，趁热敷颈部。每次 20 分钟，1 日 2～3 次。主治气滞型落枕。敷灸时布袋温度不宜过高，以免烫伤局部皮肤。

●按敷灸法常规程序操作施灸术。取葱白、生姜各适量，共捣烂，炒热，布包敷熨患处，每次 30 分钟，1 日 2～3 次。主治各型落枕。此法连续使用 5～6 次即可痊愈。

刺络（刺血）拔罐法

●大椎、肩外俞、风门穴。每次选用 1～2 穴，皮肤常规消毒后，对准穴位，用三棱针迅速地刺入约半分至 1 分，随即迅速退出，以出血为度，然后拔罐，留罐 10～15 分钟。去罐后头部做施转运动。每 3～5 天冶疗 1 次。主治落枕。病人要及早接受治疗，有利于病情康复。睡眠时枕头高低要适当，避免吹风受寒，防止复发，若病人一段时间内反复落枕，在除高枕等诱发因素外，宜行详细检查及拍 X 线片，以考虑早期颈椎病。

●阿是穴。局部常规消毒，然后用梅花针中度叩打，使皮肤微见渗血为度。可根据穴的部位，选用适当的大、中、小火罐，拔在叩刺部位上，根据负压的大小来决定留罐时间，一般留罐在 5 分钟左右。主治落枕。

针罐法

●主穴：风池、天柱、肩中俞、风门、肺俞、外关、后溪。配穴：寒邪重加大椎，风邪重加风府，头不能后仰者加承浆，头不能前屈者加人中，疼痛严重扩散到肩背部者加天髎、骨髃，兼见头痛、身寒、发热或咳嗽鼻塞、脉浮者，可酌加上星、太阳、合谷、列缺、外关等穴。根据具体病情，每次取 2～3 穴，局部取穴与循经取穴配合应用。一般针刺用泻法，个别老年体弱者用补法或平补平泻法，每次留针 10～15 分钟。在起针后再行拔罐。主治落枕。

恶疮、金疮、褥疮

恶疮是以疮疡初起焮肿痛痒，溃烂后浸淫不休、经久不愈为主的一种病症；金疮是指被刀斧利刃之物所伤，如救冶不当，可引起感染，中风发痉；褥疮是由慢性疾病长期卧床，因背脊、尾闾、髂部、足跟等部位持续受压而引起的皮肤坏死。

治疗

验方

●牛蒡根 3～4 枚，白酒 1000 毫升。于 10 月份挖取 2 年以上的牛蒡根，洗净，捣研，入净器中，以白酒（60°）1000 毫升，浸 5～7 日即可。每日 1～2 次，每次饮约 50 毫升。主治恶疮。

●蚕茧 10 枚（玉米蛾者），白酒 50～100 毫升。蚕茧剪开，去尽内部杂质，烧煅存性，依酒量大小，用酒适量吞服。主治恶疮。

●蟹壳 3 克，穿山甲 6 克，皂角刺 7 枚，黄酒适量。焙干诸药并研末以黄酒冲服。主治无名肿毒。

●南瓜蒂、黄酒。烧存性，以黄酒冲服。主治无名肿毒。

●花粉、石蟾蜍、木鳖子各 50 克，酒适量。捣烂加酒调敷患处。主治无名肿毒。

敷贴法

●生姜 1 块。嚼烂敷患处，盖以纱布，胶布固定。主治金疮溃烂。

●葱白 3 根，红糖 30 克，面粉 60 克，葱白捣烂，炭火上煨热，与糖和面粉共捣如泥，敷患处并包扎。主治创伤出血。

●葱白适量。捣烂炒热，外敷患处并包扎或取汁外涂。主治创伤出血。

●老生姜适量。烧枯存性，研末外敷。主治创伤出血。

●干茶渣。焙至微焦，撒敷于小伤口上。主治外伤出血的小伤口。

●绿茶 25 克，苦参 15 克，明矾 50 克（研）。加水 1500 毫升煮沸 10 分钟，温洗患处，洗后的药液可留用，第二次洗需将药液煮沸 15 分钟，再温洗患处，日洗 1 剂。主治伤口化脓性感染。

●茶叶适量。捣烂敷于伤口。主治金疮。

●浓茶水。洗涤伤口。主治皮肤擦伤或疖子破口，可消炎杀菌。

●生姜、轻粉末。取生姜自然汁，调轻粉末敷，可无瘢痕。主治擦破及抓破面皮。

●黄药子 40 克，黄酒 1000 毫升。浸泡密封，加热 1 小时，待酒冷后开取，不拘时酌饮。主治恶疮。

●干姜、无心草根各适量。共研细末，撒于患处。主治恶疮经久不愈。

●生姜汁、鸡蛋清、石灰。石灰研成细末，以鸡蛋清调成块状，火锻过，待冷再研细末，用姜汁调成糊状，敷于患处。主治恶疮。

疖

疖，俗称“疖子”、“火疖”，属于小疡毒，是发生在皮肤浅表部位的急性化脓性疾患。多由热毒、暑热、湿热等邪毒侵袭，蕴结于肌肤，聚结而生。干头面、发际、四肢、阴部、臀部可见鲜红色圆锥形，高出皮肤表面的毛囊性丘疹，逐渐增大，形成结节肿胀，触之坚硬，后顶端化脓，中心形成黄白色脓拴，未化脓时，疼痛剧烈，化脓后减轻。

治疗

西药

●疖肿初起尚未化脓时，可于患处涂搽 2.5%碘酊、鱼石脂软膏、红霉素软膏、金霉素软膏；已有脓头时，可在疖顶点涂少量石碳酸，如已破溃，可用消毒镊子先将脓头取出，并排出脓液，再涂搽黄连素，硼酸、土霉素或新霉素等软膏。对于面部的疖及有全身症状或疖病者，可选用青霉素、链霉素、红霉素、洁霉素、氯洁霉素、复方新诺明、强力霉素，四环素、麦迪霉素、螺旋霉素或先锋霉素等抗生素治疗。疖肿较大、感染严重及发生败血症者，必须到医院诊治，以免延误病情。疖治疗期间，可同时服用维生素 C 和复合维生素 B，以补充维生素。

中药

外用药：疖肿初期尚未化脓时，可用六神丸 5～7 粒（视疖肿大小酌情加减用量），研碎醋调成糊状贴敷患处。疖肿已化脓时，可用成药红膏药外贴患处，或用芙蓉叶洗净捣烂敷患处。

验方

●僵蚕 150 克。研粉，温开水送服，每次 10 克，每日 2 次。若吞服有恶心呕吐者，可将僵蚕粉装胶囊服用。祛风清热，通络消肿。主治多发性疖肿。

●生黄芪 12 克，炒穿山甲 6 克，川芎 6 克，当归 9 克，皂角刺 4.5 克。水煎服，每日一剂，分两次服。主治疖肿。

●紫花地丁 45 克，银花 30 克，白菊花 15 克，甘草 15 克。水煎服，早晚各一次。主治疖肿。

●当归 9 克，白芍 9 克，党参 12 克，白术 12 克，茯苓 12 克，连翘 9 克，金银花 9 克，浙贝母 9 克，生黄芪 9 克，陈皮 6 克，肉桂 3 克，甘草 4.5 克，生姜 3 片。水煎服，每日一剂，分两次服用。主治疖痛。

●黄连 6 克，黄柏、黄芩、栀子各 12 克，银花、连翘各 15 克。水煎服，每日一剂，分早晚两次服。主治疖肿。

●金银花、野菊花、蒲公英、紫花地丁各 15 克，紫背天葵 9 克。水煎服，每日一剂，分两次服用。主治疖肿。

敷贴法

●冰片、红辣椒、芝麻油、生白矾、黄蜡各适量。剪去辣椒柄蒂，除净籽瓤，椒尖向下，纳入等量冰片、白矾、黄蜡粗粉，余 1/4 空隙，灌入适量麻油，镊夹辣椒中部，点燃椒尖部，徐徐滴油于小酒杯中，以干净毛笔蘸热油涂点疖肿，每日 1～2 次。清热解毒，活血消肿。主治疖肿。

●野菊花根适量，冰片少许。野菊花根，锻存性，研末，加少量冰片混匀；调茶油敷患处。若敷上的药不脱落，则不必换药，也不需内服其它药物。清热解毒，消肿排脓。主治疔疮疖肿。

●新鲜臭椿根树胶适量。上药置于敷料上贴患处。解毒消肿，祛腐生肌。主治疖肿。

●垂盆草（地蜈蚣草）适量。上药 30～60 克，捣烂取汁水冲服，每日 1 剂；外用：鲜垂盆草 60～120 克，洗净捣烂加干面粉少许，调成糊状，外敷患处，每日 1 次。清热解毒，消痈散肿。主治蜂窝组织炎。

●生石膏粉 15 克，仙人掌 15 克。共捣为糊状，涂患处，4 小时换一次，连用 2 天。主治疖疮。

●稀碘酊棉球数个。先用稀碘酊棉球消毒患处，换新棉球贴敷患处，外用纱布固定，干了即换。主治疖疮。

●癞蛤蟆一个，白矾 6 克。将蛤蟆去内脏，不洗，把研细的白矾放入腹内，溶化即得。用盐水洗净患处，把蛤蟆腹部盖在患处，用一层纱布包好。一日用两个。主治疖痈。

●鲜柳叶 7500 克，苯酚 1.5 毫升。柳叶洗净，加水煮三次，每次 40 分钟，合并三次滤液，浓缩至 250 毫升。加苯酚 1.5 毫升。即得。涂患处，每日一次。主治疖痈。

●石膏、鲫鱼、山药各等份。将上药共捣，敷患处，每日一次，外用纱布覆盖。主治疖肿。

●75%酒精棉球适量。将棉球放在疖肿上面，外用纱布固定，每 8 小时换 1 次。主治疖肿。

火罐法

●于已溃之疖肿或痈肿局部，选取大小适宜之玻璃火罐，进行拔罐，以吸拔脓液，隔日治疗 1 次，至局部炎症消退。主治疖肿及痈。火罐应尽量避免放在大血管浅在区、心尖部、面部、乳头及皮肤细嫩的部位，如果非拔不可时，应使罐内负压小，留罐时间短。拔罐后如果局部出现水泡，应用消毒过的针，小心挑破，枚出液体，涂上龙胆紫。如出现晕罐，应使病人平卧，取头低脚高位，同时针刺人中、合谷。

刺络（刺血）拔罐法

●主穴：灵台。配穴：依据疖的部位循经取穴，如生于面口者配合谷，生于颈后及背部者配委中，生于上肢者配曲池、外关，生于下肢者配足三里。取正坐位，患者双肩下垂，背部暴露，医者左手拇、食二指将灵台部位捏住，右手持三棱针挑刺，使其微出血，挑刺后拔火罐 10～15 分钟，委中部位有静脉瘀血时，应刺出血，无静脉瘀血者，可按上法挑刺委中出血，余穴常规针刺捻转手法留针 15～30 分钟，5～10 分钟行针 1 次，间日治疗 1 次。主治疗疖。

●病灶局部，委中。在溃烂化脓的疮口周围，用毫针点刺，然后再拔火罐，留罐 10 分钟，等罐无力时起罐。委中穴点刺出血（用粗针或三棱针），每隔 2～3 天 1 次，一般经 3 次治疗即可痊愈。主治发际疮。

水罐法

●将竹筒加工成光滑圆筒状，分大、中、小三种，直径分别为 6、5、4 厘米，筒长 9～10 厘米，筒壁厚 3 毫米，竹筒一端保留竹节作为底部，另一端开口并保持光滑平整无裂纹。使用时可根据疖肿大小选择竹筒，先检查竹筒有无裂纹和是否平整，将其放在热水中煮沸 15 分钟后，一手持无菌镊子自筒口端将竹筒夹起，另一手持一块包布抓住筒底端，随将水甩干，迅速将竹筒扣在已破溃的疖肿上，并稍加压，直到竹筒吸紧再轻轻松手，让其保留 5～10 分钟后取下竹筒，伤口按常规换药处理。用毕将竹筒内脓血清洗干净，再浸泡于水中，以防干裂损坏。主治疖肿，凡是皮下组织较厚，局部较平整部位的疖肿，且脓肿已破溃或即将破溃者，使用本法最为适宜，切开引流不畅

者亦可使用。

火针罐法

●疖肿初期，局部常规消毒后用火针从疖肿顶尖直刺 1 针，深达根部，范围较大者，可于疖体左右或疖顶端两旁向中央斜刺两针，速入疾出，出针后让其适量出血，脓成未溃期，常规消毒后，用火从疖体或顶端快速刺入脓腔，立即出针，然后用去底的青、链霉素空瓶置于针孔上，用注射器抽去瓶内空气造成负压，抽出脓液，约 3～5 分钟去瓶，勿压针孔，让余脓血外流，再用敷料包扎。主治头面部单发疖肿。

外伤出血

外伤出血是指由各种外因造成的伤害出血，如被石头、玻璃、金属、木材或其它坚硬物打伤、擦伤、扎伤及刺伤而引起的皮肤粘膜血管破裂出血。

治疗

验方

●甜瓜籽 15 克，玫瑰花根 25 克、黄酒适量。活血，止血。将玫瑰花根洗净，加入甜瓜籽，用黄酒煎煮，每天分 2 次早晚服用。

●地榆 60 克。以上药缎烧成灰后，撒在外伤口上。主治外伤出血。

●槐花 60 克。将上药晒干，研为粉末，出血时口服 10 克。主治外伤出血。

●儿茶粉 60 克。临床运用：用儿茶粉 60 克，加压包扎，可以止血。对于破溃伤口创面有出血，分泌物增加时，用儿茶 60 克煎水外洗或湿敷，有止血止痛作用。褥疮分泌物增多，久不收口，用儿茶粉外敷有收敛生肌的作用。主治外伤出血。

敷贴法

●小蓟、铁苋菜、鲜全草各适量。将上药捣烂，涂敷患处。主治外伤出血。

●象皮 12 克，乳香 12 克，龙脑 6 克，龙骨 12 克，琥珀 3 克，血竭 12 克，珊瑚 12 克。先将象皮烧存性，再加诸药研细末，外敷患处。主治各种外伤出血。

●毛冬青叶适量，冰片少许。将毛冬青叶晒干研粉，加少许冰片外用贴敷。主治外伤出血。

●降香 6 克，五倍子 12 克，红花 10 克，白芨 12 克，血竭 12 克。上药研细末，直接外敷贴患处。主治外伤出血。

●马勃粉适量。将马勃粉直接敷压伤口处。主治外伤出血。

●赤小豆适量。赤小豆研末，与鸡蛋清调和敷贴患处，1 日 1～2 次。主治外伤血肿。

●生大黄 30 克，五倍子 20 克，生栀子 30 克，白芨 5 克，柑子叶 30 克，芙蓉花叶 30 克。上药共研细粉，取生姜煎汁调敷于患处，1 日 1 次。主治外伤血肿。

●石蜡。取一瓷盆，依患处大小，将石蜡熔化倒入盘内，制成约 2～3 厘米厚的药饼，冷凝到 50℃左有时，敷贴患处。每次治疗 30～60 分钟，1 日 1 次。主治外伤血肿。

●五倍子适量。取发亮而中空的五倍子，研细末，和米醋调成糊外敷血肿处。主治外伤血肿。

●海棠 250 克。凉血，消肿。将海棠捣烂如泥，涂于外伤血肿处，每 12 小时更换 1 次。

●生栗子适量。凉血，消肿，止痛。将生栗子捣烂如泥，敷外伤血肿处，包扎固定不宜过紧。每天更换 2 次。

●鲜华东魔芋适量，酌加韭菜、葱白、黄酒。消肿、化瘀、止痛。将魔芋、葱白、韭菜同捣烂如泥，调黄酒少许，敷患处。

●生大黄 100 克，生石灰 400 克。将石灰用水粉，加生大黄用锅文火加热，至石灰成桃花样颜花为止。待凉过筛去渣，取药粉撒在伤口上，外用纱

布包扎。主治外伤出血。

●地榆、卷柏、大蓟、枣树皮各等量，生石灰少许。将前四味药烘烤为炭，加生石灰少许，共为细末拌匀，取适量撒患处，外用纱布包扎。主治外伤出血。

●大蓟、小蓟、地锦草、公英适量。将上药洗净晒干，炒焦研成细粉，装瓶备用。直接撒于创面，外用纱布包扎。主治外伤出血。

●海螵蛸 6 份，紫珠草 4 份。将海螵蛸去皮，晒干研成细粉过筛后，按比例与紫珠草混和，放入锅内慢火炒，等药粉蒸气消失，成老绿色止，冷却备用。消毒伤口后，将药粉撒上，外用纱布包扎。主治外伤出血。

●于丝瓜秧。碾为细粉，经高压消毒后撒于患处，外用纱布包扎。主治外伤出血。

各种虫咬螫伤

各种虫咬螫伤是指被毒蜘蛛、蜈蚣、蜂、蝎子等毒虫咬螫人体后其毒素进入人体而引起的各种过敏反应和毒性反应。以局部肿痛、渗出及溶血等炎症为特点。

治疗

验方

●椿树叶、鸡蛋清各适量。将椿树叶捣烂如泥，与鸡蛋清调匀，敷在患处。解毒止痛。主治蝎子螫伤等。

●蝎虎 1 只，鸡蛋 1 枚。将鸡蛋开一小口，取出 1/2 蛋黄，放入蝎虎，以湿纸糊口，置火上焙干研末。以白酒调药面，搽涂患处。解毒止痛。主治蝎子螫伤等。

●鸡蛋 1 枚。将鸡蛋打 1 小孔，合于患处。解毒止痛。主治蝎子、蜘蛛等所咬伤。

●蜈蚣 1 条，鸡蛋 1 枚。将蜈蚣焙干，研细末，鸡蛋打一小孔，放入药末。以湿纸封口，黄泥包裹。置火中煨熟。顿服。此方在毒蛇咬伤之初别无他法时可试用。解毒消肿。《本草纲目》曰：赤蜈蚣可伏蛇，方中以蜈蚣、鸡蛋相合，可清热解毒，消肿止疼，在被毒蛇咬伤而未成败血症前可选用本方以缓毒。

外敷法

●黄柏 5 克，玄明粉 3 克。上药加水煎，取药液湿敷患处，1 日 4～6 次。主治各型虫咬螫伤。

●明雄黄 3 克，香白芷 12 克，蚤休 3 克，半边莲 12 克，垂盆草 30 克，徐长卿 12 克。上药研末，调凡士林，外敷患处，主治各型毒虫咬伤。

●韭菜 20～50 克。取韭菜研磨成泥，敷咬伤处。主治臭虫咬伤。

●蜘蛛 1 个。将蜘蛛研末，外敷患处。主治蝎子螫伤。

●鲜苍耳茎叶、白矾、明雄各适量。诸药共捣成膏，外敷于螫伤处。主治蜂螫伤、虫咬性皮炎。

●胆矾 10 克，醋适量，将胆矾研成细面，用醋调成糊状，涂抹患处。主治蝎螫伤。

●活蜗牛 1 只。捣烂，敷在患处，外用纱布包扎固定。主治蝎螫伤。

●雄黄、枯矾各等量，浓茶水适量。混合研末，浓茶水调匀，涂伤口。主治蜈蚣咬伤应急试用（亦可用酒调）。

●凤仙花鲜叶适量，米酒。上一味洗净捣如泥，入米酒少许调匀，外敷患处，每日换药 2～3 次，连续敷 1～2 日。主治蜈蚣咬伤。

●六神丸、食醋适量。上一味醋调，外涂患部。主治蚊虫、蜈蚣叮咬。本方亦治带状疱疹、牙周炎、龋齿合并感染之牙痛。

●红皮蒜头、八角莲块根、雄黄各 20 克。共捣烂外敷伤口，每日换药 1 次。主治蜈蚣咬伤中毒。

●大蒜、艾叶各适量。以艾叶隔蒜片灸伤处。主治蜈蚣咬伤。

●大蒜、醋适量。蒜捣烂拌醋外敷。主治蜈蚣咬伤，局部瘀点红肿剧痛，严重时头痛、眩晕、呕吐、发热、谵语、全身麻木、抽搐、昏迷。

●独头蒜 1 头，鲜马齿苋适量。用独头蒜擦摩螫处，或将马齿苋洗净，挤压取汁，将其汁与药涂敷伤口。主治蜈蚣咬伤。

●蚯蚓屎适量。被马蜂螫伤后，即以蚯蚓屎擦刺伤部位并将其敷上，疼痛立止。主治马蜂螫伤。

●大蜗牛 12 克，明矾 3 克，蒲公英 60 克，夏枯草 30 克。上药共捣烂，调拌米醋，外敷患处。主治虫蛇咬伤。

●鲜桑叶适量。捣烂取汁涂擦患处。主治蜂蜇伤。

●马齿苋适量。捣烂敷患处，每日一换。主治蜂蜇伤。

●夏枯草适量。捣烂敷患处，外用纱布包扎。主治蜂蜇伤。

●浓氨水 10 毫升，薄荷油 4 毫升，75%酒精 100 毫升。混合均匀，涂擦患处。主治蚊虫咬伤。

●槐莪适量。研成细面，用香油调涂患处。主治蚊虫咬伤。

●活蝎子 6 条，酒 50 毫升。浸 2 天即可，取浸液涂螫伤处，愈早涂药，效果愈好。主治蝎子螫伤。

●大葱、蜂蜜。捣泥状敷伤处。主治毒虫咬伤。

●韭菜、生姜各适量。共捣烂绞汁，外涂患处。主治无名毒虫咬伤。

●茶叶。蘸湿捣烂，敷虫叮咬处。主治毒虫叮咬，蜂螫。

●茶叶 6 克。泡水洗涤患处。主治各种昆虫咬伤。

●浓茶叶。洗痒痛处。主治水母螫伤。

●生姜 60 克，红糖 30 克。煎汤洗患处。主治斑蝥咬伤。

●醋、石灰，稠和涂患处。主治蝼蛄咬伤痛甚。

●大蒜泥。敷患处，主治蝎刺螫伤。

●姜汁、羊乳各适量。先用姜汁调清油搽伤处，再饮羊乳。主治毒蜘蛛咬伤，蝎子螫伤。

●炮姜 1 块。炮姜切片贴于咬伤处。主治蜘蛛咬伤。

●大葱 1 根，蚯蚓 1 条。大葱去尖头，蚯蚓入叶中，紧握两头，勿泄气，频摇动，化为水后点咬伤处。主治蜘蛛咬伤，遍身成疮。

●轻粉、生姜汁各适量。调如糊状，涂于咬伤处。主治蜘蛛咬伤。

●生姜 30 克。捣烂涂于患处。主治毒蜘蛛咬伤或蝎子螫伤。

●大蒜、艾叶各适量。大蒜切薄片，摊于伤处，铺艾点燃烧，至不痛为度。主治毒蜘蛛或蝎子蜇伤。

●胡粉、姜汁。调和涂伤处。主治蜘蛛咬伤。

●醋。磨生铁涂伤处。主治蜘蛛、蜈蚣、蛇、蝎、病犬咬伤。

●生姜 30 克。捣烂敷患处。主治蜂螫伤。

●食醋适量。外涂、浸洗患处。主治蜜蜂螫伤。

●白酒 30 毫升。滴入香水数滴，涂患处，可止痒，消炎。主治蜂螫、蚊虫叮咬。

●芽茶、明矾等份。共研细末，凉开水调服 9 克，或涂伤口。主治蚊虫叮咬。

●细茶叶适量。沸水泡，取汁洗涤患处，每日数次，连续数日，以愈为度。主治毛虫螫伤发作，坚硬如肉症，及蜂螫、蜈蚣叮咬。

●蝎子、马蜂、白酒。浸泡备用。被蜂螫伤时涂伤处。主治蜂螫伤。

●蜈蚣 5～7 条，香油 15 克。将每条蜈蚣头身用针刺 15～20 个小孔，浸入香油中，约 10～15 天。用时以棉签蘸油涂患部，每日 3～4 次。清热解毒，消肿止痛。主治蜂蜇伤。

●蜗牛 2～3 个。上药捣烂敷患处。清热解毒，消肿止痛。主治蜂、蝎螫

伤及虫类咬伤。用药后 10 分钟痛止，次日红肿消退。

●蜂蜜 30 克，大葱 2 根。将大葱洗净捣烂，调以蜂蜜，敷患处。每日换药 1 次，约 3 日可愈，清热解毒，止痛消肿。主治蜂蜇伤。

●生面粉适量。取生面粉适量，加水和成面团，用面团在毛虫咬伤处来回按摩，一按一提，反复多次。其毛随面团的粘性而出即愈。清洁肌肤，消炎止痛。主治蜂蜇伤。

●鲜菊叶、三七叶适量。将上药洗净后，捣烂敷伤处。清热解毒，活血消炎。主治蜂蜇伤。

●百部 60 克，白酒 180 毫升。百部研为粗末，投入白酒中，以文火煮 30 分钟，取出药末用纱布包好敷在阴毛部一昼夜。一般用药 1 次即愈。灭虱杀虫。

●新鲜毛牵牛叶。用手揉烂，涂于虫咬处。杀虫止痒。用药 5 分钟后痒止。主治虫咬皮炎。

●碱面适量。先挤出伤处毒液，再用碱液敷患处，越快越好。消炎止痛。主治蝎螫伤、蜂螫伤、毒蛇咬伤。

●守宫 1 条，鸡蛋 1 个。将鸡蛋打个小洞，把守宫塞入鸡蛋内，将小孔密封后埋于阴凉土内，20 天后取出即可。用蛋液涂抹患处。解毒消炎，止痛消肿。主治蝎蜂蜇伤。

●七叶一枝花适量。上药用适量烧酒磨汁备用。用时外涂患处。清热解毒，消炎止痛。主治蜂蜇伤。

●人乳适量。取鲜人乳涂于患处。如毒刺留于伤口内应先将其拔出。解毒止痛消肿。主治蜂蜇伤。

●大叶半杖莲 60 克，酒 500 毫升。用酒将上药浸泡 1 周备用。用于外擦伤处，每日 2～3 次。全身症状严重者也可内服。每次服 50 毫升，小儿酌减。清热解毒，消炎止痛。主治蜂蜇伤。

●新鲜红薯藤的嫩尖 7～10 条。上药用清水洗净，捣烂如泥状。敷于咬伤处，外盖薯叶或纱布，用绷带固定。清热解毒，消炎止痛。主治蜈蚣咬伤。

●鲜苎麻叶适量。上药洗净捣烂取汁。反复搽抹患处，包括肿痛部位。肿痛严重者，将捣烂的苎麻叶包扎在伤口处，直至肿痛消失为止。解毒消肿，活血消炎。主治蜈蚣咬伤。

●马齿苋适量。上药洗净后和红糖捣烂，敷在咬伤处即可。解毒消炎，消肿止痛。主治蜈蚣咬伤。

●鲜羊奶适量。将羊奶加热煮沸，尽量饮用。凉血解毒，利尿消肿。主治蜈蚣咬伤。

●食盐适量。将食盐用少量热水溶化，用棉签蘸涂伤处数次，稍许疼痛可止。清热解毒，消炎止痛。主治蝎蜇伤。

毒蛇咬伤

毒蛇咬伤指有毒腺、毒牙的蛇咬伤人以后出现的局部或全身中毒症状。

治疗

验方

●白芷、雄黄、酒、蒜各适量。白芷、雄黄煎酒急饮，白芷宜多，煎酒汁宜浓，尽量多饮，常令酒气不断，并多食生、熟大蒜，使毒不内攻入腹。主治毒蛇咬伤。

●三角草（全草细碎）125 克，米酒 S00 毫升。浸 15 天后每服 20～40 毫升。主治毒蛇咬伤，跌打损伤。

●绿茶 3 克，甘草 10 克，白花蛇舌草 100 克（鲜品 250 克）。后二味加水浸过药面，文火煎至 400 毫升，去渣加入绿茶，分 4 次服，日服 1 剂。主治蛇咬伤之应急辅助治疗；疖肿。

●浓茶汁 100 毫升，东风菜根 300 克。后一味洗净捣取原汁，冲入浓茶，l 次服下，药渣敷伤口周围。主治蛇咬伤之应急辅助治疗。

●鲜空心菜 150 克，黄酒 20～30 毫升。将空心菜用凉开水洗净，捣烂，置消毒纱布中纱汁，拌黄酒 1 次冲服。主治毒蛇咬伤。

●黄连、全虫各 5～10 克，黄芩、黄柏各 10～15 克，郁金、姜黄、玄参各 10 克，龙胆草 5 克，半边莲 10～30 克，钩藤 30 克（后下），生地 30～50 克，麦冬 20 克，太子参 20～30 克。水煎服。轻型，日 1 剂，分 2 次服；中型，日 1.5 剂，分 3 次服；重型，日 2 剂，分 4 次服。或每小时鼻饲一次。多吃西瓜，频饮鲜凤仙花全草汁，可随症加减。主治蝮蛇咬伤。

●半枝莲 30 克，紫花地丁 30 克，野菊花 s0 克，蚤休 15 克，白芷 10 克，川贝 10 克（冲服），龙胆草 10 克，甘草 10 克，僵蚕 10 克，蝉衣 6 克，全蝎 6 克，蜈蚣 6 克。上药加水煎煮 2 次，取药汁混合，每日分 2 次饮服。主治毒蛇咬伤（风毒型）。

●蛇不见 3 克，前胡 3 克，青木香 3 克，粉防已 3 克，紫金皮 3 克，七叶一枝花 3 克。将上药研粉，白开水送服，每日 1 剂，分 3 次口服。主治蛇咬伤。

●蜈蚣 5 条，川芎 12 克，白芷 12 克，大黄 12 克，甘草 12 克，威灵仙 12 克，浙贝 12 克，吴莱萸 12 克，五灵脂 12 克。水煎服，每日 1 剂，分两次服用。主治蛇咬伤。

外敷法

●苍耳草 1～2 棵。上药去子，用清水洗净，捣烂，敷于患处，用纱布包扎，顷刻即可止痛。祛风解毒，消炎止痛。主治蛇咬伤。

●小南瓜 1 个（约 500 克），白矾 30 克，雄黄 15 克，香椿叶 60 克。上药共捣如泥糊，用药泥包扎患处。解毒消炎止痛。主治毒蛇咬伤，对七寸蛇咬伤效佳。

●鲜蓍草（又名千条蜈蚣）60～120 克。上药洗净，捣汁冲服，每日 1 剂，分 2 次服；干草用量减半。重症每日服 2 剂。并以适量鲜蓍草捣烂药渣敷于伤口周围，每日换药 1～2 次。解毒止痛，消炎散肿。主治毒蛇咬伤。

●小红藤 65 克，雄黄 15 克，红芽大戟 25 克。先于咬伤处作切口，并贯通二牙痕，深至皮下，用拔火罐方法吸出恶血及毒液，然后用上方煎水外洗、浸泡伤处；同时，将本方捣烂 1 剂，加入白酒 200 毫升，搅拌 15 分钟，待药

味浸出后按患者酒量给予口服 50～100 毫升。此外，蘸药酒在患肢肿处涂擦和挤压，每日 3 次，每次 20 分钟，使毒液挤压出来。解蛇毒，止痛法瘀消肿。主治毒蛇咬伤。

●梨树叶 2 把。将上药洗净，加水煎汤，口服 1 大碗，使汗出，并用梨树叶水洗敷伤口。清热解毒，主治毒蛇咬伤。

●半边莲 12 克，独角莲 12 克，七叶一枝花 12 克，白花蛇舌草 30 克。上述药物捣烂，调鸡蛋清外敷患处，1 日 3～4 次。主治各型蛇咬伤。

●凤仙花、马齿苋、兔儿伞、虎耳草、葎草的新鲜全草及黄药子的新鲜块茎各适量。上药共捣成泥状，涂敷患处。主治虫蛇咬伤。

●营麻根的新鲜根 60 克，黄酒 20 毫升，红糖适量。捣烂如泥，敷患处。主治毒蛇咬伤。

●新鲜泽兰叶 60 克，将新鲜泽兰叶捣烂，敷贴于伤口处，1 日换药 1 次。主治毒蛇咬伤。

●雄黄 6 克，大蒜 3 克，白矾 3 克，白芷 9 克。将雄黄、大蒜共捣烂敷咬伤处。或将雄黄、白矾、白芷共研细末，水调敷伤口。主治毒蛇咬伤。

●老生烟兜、独蒜、雄黄。上药磨烧酒搽患处。主治毒蛇咬伤。

●雄黄 9 克，大蒜头 1 个。捣烂敷伤处。主治毒蛇咬伤。

●凤仙花、大蒜。共捣烂外敷。主治毒蛇咬伤。

●干姜 30 克。研细末敷患处。主治蝗蛇咬伤。

●干姜、雄黄各 10 克，共研细末，敷于咬伤处。主治毒蛇咬伤。

●大蒜适量。嚼烂敷伤处，再将大蒜适量去皮，水煎空腹频服，连服 2 剂，次日将大蒜适量去皮捣烂，以童便煮三四沸，洗擦伤处。主治毒蛇伤人。

●独头蒜、酸草各适量。共捣烂如膏敷患处，药干则换之。主治毒蛇咬伤。

●白矾适量。将白矾放锅中熔化，趁热将白矾液滴于伤口处。清热解毒，消炎定痛。主治蛇咬伤。

●小青蛙 10 个，雄黄 0.5 克。将活青蛙捣烂，与雄黄末搅拌，敷患处。清热解毒。主治蛇咬伤及蜂蝎螫伤。

●五灵脂 30 克，飞雄黄 15 克。将上药共研为细末，装瓶备用。用时，每服 6 克，每日 3 次。用黄酒冲服。可同时用此药外敷伤口。主治蛇咬伤。

●七叶一枝花根 60 克，陈醋 500 毫升。先将前药研为细粉，加入陈醋浸泡 3 周，过滤取药液备用。同时，先消毒患处，再涂上药液，每天 3～4 次，主治蛇咬伤。

刺络（刺血）拔罐法

●常规无菌消毒后，在毒蛇咬伤最明显、肿胀、瘀血部位，用三棱针快速点刺出血，然后以闪火法将玻璃火罐扣在其处，留罐 30 分钟，每日 2 次，3 天为 1 疗程。伴有并发症及全身症状严重者，均酌情给予输液、蛇药、抗感染治疗。本法适用于各种毒蛇咬伤。

点眼法

●真雄精 1.5 克，当门子 1.5 克，西牛黄 0.9 克，新产珠 3 克，淡红硇砂 1.5 克，辰砂 1.5 克，老式大海片 1.5 克，净焰硝 1.5 克，水飞炉甘石 3 克。上药研末水飞为度，密封收存。用时取药粉适量点两眼眼角，伤口可有黄水流出，1 日 7 次。主治各型蛇伤。

塞鼻法

●一点红、白花蛇舌草、七叶一枝花、千里光、大蓟、八角莲、三叶刺针芦、冷水花、生半夏、鹅不食草各等份适量。上药捣烂，捏成药栓。塞鼻一孔。主治蛇伤昏迷。

灌肠肛点法

●金银花 30 克，七叶一枝花 15 克，野菊花 21 克，龙胆草 9 克，青木香 15 克，地丁草 30 克，半边莲 45 克。上述药物制水剂备用。按灌肠法常规操作，每次 40 毫升保留灌肠。6 小时 1 次。主治风火毒型蛇伤。

烧、烫伤

烧烫伤是指火焰、沸水、蒸汽、电、化学物质或放射能等物质所造成的损伤。

治疗

西药

对于范围小的Ⅰ度和浅Ⅱ度烧伤，一般不必全身用药，疼痛较重时可口服阿司匹林、索密痛、安定等。局部无水疱者可先用75%酒精清洁创面，然后涂用1%达克罗宁代马妥油膏，或用鸡蛋清加入5%硼酸粉调匀涂敷，外用凡士林纱布包扎。有水疱而尚未破溃者，可先用冷开水或生理盐水清洁表面，然后涂2%碘酒，再用消毒过的注射器将疱内液体抽空，最后以1%达克罗宁代马妥油膏加l%～2%呋喃西林调涂，或涂0.5%新霉素软膏，然后加压包扎，每2～3天换药1次。另外，还可选用维生素A、B1、B2、B12、C等药，此可有助于组织生长愈合。

中成药外用药：水火烫伤红肿热痛者，可选用烫火散或避火丹。红花油等外涂患处。

验方

●新鲜大蓟3根，食用油适量。上药洗净切细，捣烂取汁与食用油按比例调成糊状，涂抹患处。凉血消炎。主治烧烫伤。

●大黄50克，黄柏40克，地榆30克，滑石20克。将前3味药炒炭存性，炒成黄褐色，再入滑石其研细末备用。用麻油适量调诸药成糊状，涂患处，每日4次。清热利湿，凉血消炎。主治烧伤。

●寒水石2份，大黄1份，冰片0.2份。先将大黄放入生石灰中，用文火炒至大黄呈褐色（不成炭），筛出石灰粉，待大黄冷却后与寒水石、冰片各研细面混合贮瓶备用。如患处有渗液可用于粉撒患处；无渗液者用香油调擦患处。每日换药1次。清热凉血，消炎生机。主治烧伤。

●干紫草800毫克，麻油500克。将紫草轧碎放进油中熬后去渣，装入灭菌瓶备用。烧烫伤部位先行清创，按外科常规处理，方法从略。涂药方法：根据烧烫伤部位、面积，分别采用包扎法和暴露法。包扎法，适于四肢、躯干，以灭菌纱布用紫草油浸透后，铺放在创面上，外用纱布、绷带包扎，无需换药。对某些三度或部分坏死较深的二度液化灶，纱布下积脓时，应去除坏死组织及脓液后，换另一紫草油纱布覆盖，可加紫外线照射。如创面干燥，紫草油纱布与组织粘连无分泌物者，不需换药，待伤口愈合，纱布及痂皮自行脱落，大部分在2周内愈合。

●生石灰6克，生石膏6克，生大黄3克，生龙骨9克，梅片1.5克。梅片另研细面，余药共研细。然后兑匀，以香油调成糊状，密封贮瓶备用。先用1%新洁尔灭溶液清洗创面，擦干水分，将油膏敷于患处，1日2次。主治烧伤。面部烧伤，敷用时切忌将药物进入眼内。局部有水泡者，常规消毒剪破水泡后再敷用。

●地龙60克，白糖适量。将地龙捣烂，调拌白糖，外敷患处。主治烧伤。

●当归100克，紫草10克，白芷25克，白醋100克，甘草60克，血竭，轻粉各20克，麻油500克。将当归、甘草、紫草、白芷侵入麻油内一夜后，用文火煎至药枯，去渣滤油，再熬至滴水成珠时，加入轻粉、血竭调和后离火约20～30分钟便凝结成膏，呈红紫色。将药膏均涂纱布上，敷贴患处。主

治烧伤。

●大黄、升麻各等份。上药共研成极细末，用麻油适量调成糊状，烧伤创面经清创后，将药薄薄贴创面上。每日上药 1～2 次，感染严重者可增加上药次数，10 日为 1 疗程。主治烧伤。

●生大黄末 30 克，鸡蛋黄。取鸡蛋黄炼油后调大黄末和匀，涂患处，1 日 1 次。主治烫伤。

●麦饭石 50 克，当归 25 克，丹参 25 克，白芷 50 克，黄柏 25 克，乳香 20 克，没药 20 克，蜂蜡 100 克，麻油 100 克。将当归、丹参、白芷、黄柏放入麻油内浸泡 1 周，每天搅拌 2 次。然后用通火煎熬，不停搅拌，煎至白芷微黄时即可捞出药渣，再下麦饭石粉，乳没粉，煎半小时许，将药油过滤去渣，然后将蜂蜡放入药油内继续煎半小时离火，冷却成膏，用时将创面清创后，将药膏均匀地抹在纱布上，药厚 1～2 毫米，每天换药 1 次。主治烧伤。

●75%酒精适量，京万红烧伤膏 1 支。烧烫伤后，立即将创面用 75%酒精浸湿纱布持续湿敷。0.5～1 小时换 1 次，连续 12～24 小时。湿敷后创面疼痛即消失，停止湿敷后外涂敷京万红膏、直至愈合。主治烧伤。

●黄连 30 克，黄柏 30 克，大黄 60 克。用上药油炸取之药物油，取名为三黄油，以其外搽烧伤、烫伤处，或制成油沙布贴敷伤处。主治烧烫伤。

●鲜地龙 15 条，洗净加入白糖或葡萄糖 25 克，浸瓶中 10 小时。用地龙液涂局部伤处（涂药前先用双氧水或冷盐开水洗净伤处，若有水泡可用消毒针刺破、将水轻轻挤出，再涂药），每天 3～4 次。主治烧烫伤。

●鲜萝卜叶洗净（取鲜叶 60～100 克）。用上药洗净、捶烂，敷贴在伤口上，每隔 5～7 分钟换药一次，以保持药物湿润。轻微烫，烧伤换几次药后即可痊愈；伤势较重、敷贴加厚，增大药量，也能收到很好效果。主治烧烫伤。

●新鲜鸡蛋 1 枚，75%酒精适量。新鲜鸡蛋置于 75%酒精中消毒 15 分钟，在鸡蛋两端各开一小孔，让蛋清流入消毒碗内。用消毒棉球蘸蛋液凉敷，一天 2～3 次，一般 6～15 小时创面即形成淡黄色的痂膜。如发现痂膜下有化脓现象，应及时切开痂膜，彻底排脓再涂蛋液，直至痂膜完整形成。清热解毒止痛。主治 II 度烧伤。

●鸡蛋 1 枚，硼酸粉 5 克。取蛋清与硼酸粉调和外敷患处。清热解毒止痛。主治烧烫伤。

●鸡蛋 1 枚，冰片 3 克。将冰片研细末加鸡蛋清，搅匀，涂患处。每日 3～4 次。凉血止痛。主治烧烫伤。

●大黄炭、地榆炭各 10 克，冰片 2 克，蛋黄油适量。将前 3 味研末，加适量蛋黄油调匀涂伤口，不要包扎，防止感染，每日 1 次。清热凉血，活血止痛。主治烧烫伤。

●茶油、鸡蛋清、百草霜各适量。上 3 药共研细，搽伤处。主治烫、火伤。

●鲜榆树皮、酸枣树皮各 500 克。上两药，刮去老皮，阴干研细末，加 075%酒精 500 毫升，浸泡 1 月，滤去渣，装瓶备用。先将患处用生理盐水清洗，去除污物，将榆枣酊灌入喉头喷雾器，直接喷洒至创面，开始每 15 分钟喷洒 1 次，逐渐延长给药时间，以保持创面潮湿为宜。清热燥湿，收敛生肌。主治浅表烧伤。

●麻油 50 克，石灰块 30 克。以水 50 毫升泡石灰，澄清后倒入麻油中，

搅拌至麻油与水混成乳黄色糊状而不渗水滴即可。用鹅毛蘸药膏搽患处，每日数次，并用无菌纱布覆盖。一般 6～10 天即愈。润肤清热，祛湿消炎。主治烧烫伤。

●儿茶 500 克，黄柏、红花、黄芩各 90 克，冰片 45 克。上药加 80%乙醇 10000 毫升，浸泡 7 天后，过滤至滤液澄清后再加苯甲醇 100 毫升。创面用生理盐水清洗拭干后，喷洒本药，每小时 1 次。清热解毒，活血消炎。主治烧伤。

●榆树皮 5000 克，黄柏 2000 克。上两药研粗末，放入 80%酒精适量浸泡 7～10 天，过滤，加入冰片 1000 克，配制成 1000 毫升酊剂分装普通喷雾器中。用时，每 4 小时向创面喷雾 1 次，3 天后每日喷雾 1～2 次。对婴幼儿面部创面要慎用。清热燥湿，消炎生肌。主治烧伤。

●石灰 20 克，麻油 6 克，冰片 3 克，上药捣碎，调成糊状，外敷患处。主治烧伤。

●令箭荷花。将令箭荷花的茎取下，用刀顺扁形以横剖一分为二，将肉汁之面（内面）先均匀涂擦患处部，使汁液盖烫伤部位 2 分钟左右，再换 1 块敷贴患处，20 分钟左右即可。主治烧伤。

●桑枝、大黄、地榆各 60 克，白芷 100 克，川椒 8 克，轻粉 4.6 克，月石 8 克，白蜡末 15 克，猪油 2500 克，将桑枝、大黄、地榆、白芷、川椒伴猪油文火煎滤去渣，加轻粉、月石、白蜡调匀，把纱布块浸入药油凉后成膏备用。常规消毒清创后，将膏敷于创面，每日换药 1 次，创面较浅的或分泌较少的，可隔日 1 次。主治烧伤、骨折等创面感染。

●活蝎 35～40 个，香油 500 克。将活蝎投入香油中，浸泡 12 小时后即可使用（浸泡时间愈长效力愈大）。用时将伤面水泡剪破，涂抹蝎油。抹后局部有蚁行感。活血消炎，润肤生肌。主治烧烫伤，能立即止痛，短期结痂。

●大黄 30 份，白蜂蜜 70 份。将大黄研细末，用蜂蜜混匀成膏状。先将患部水泡除掉，然后涂上一层膏药，敷药后有痛感，3～5 分钟后即行消失；如药膏干固时，可在原有膏剂上再涂一层，而不必将原来的药擦掉。凉血消炎，祛腐生肌。主治烫伤。

●生石膏 30 克。研细，加桐油或香油、猪油、凡士林或蜂蜜，调和为膏。将膏敷患处。又方加青黛 3 克，或加大黄末 15 克，或加冰片 6 克，或加滑石 30 克，均研细，用香油或鸡蛋清调敷，或干撒患处。清热燥湿，消炎止痛。主治烧烫伤。

●生地榆 3 份，冰片 2 份，硼砂 1 份。上药共研细末，撒在伤面上；伤面结痂后，用麻油调药粉，敷患处。清热祛湿，消肿止痛。主治烫伤。

●侧柏叶炭 15 克，冰片 3 克。共研细末，以香油调涂患处，每天 2 次。清热凉血，润肤生肌。主治烧烫伤。

●乳香、没药各 20 克，冰片 1 克，生蜂蜜 150 毫升。上药调成糊状，涂敷于患处，每日 1 次。有水疱者，宜刺破排水后再搽涂。清热消肿，润肤生肌。主治烧烫伤 Ⅰ 度、Ⅱ 度。

●鲜牛奶适量。用消毒纱布浸奶外敷患处。清热润燥止痛。主治火的伤。

●土豆（马铃薯）适量。土豆去皮、洗净，切碎捣烂，用纱布绞汁，外涂患处。清热，消炎，防腐。主治轻度烧伤。

●胡萝卜适量，洗净，捣烂，敷患处。解毒，生肌。主治火灼伤。

●黄瓜。将老黄瓜去籽绞汁，涂患处。清热，消炎，止痛。主治烫的伤。

●红薯叶、车前草、米酒各适量。洗净前二味并焙干研细末，入米酒和匀，涂搽患处，每日数次，连用7～10日。主治烫伤。

●鸡蛋黄、白酒、蜜糖。调成膏状，敷患处。主治烧伤。

●白酒。浸伤处，或用卫生纸浸酒覆盖伤面。主治小面积烫伤，有止痛治伤作用。

●茶叶5克。水煮成浓汁，快速冷却，浸泡伤处或喷洒于创面。主治烧伤、烫伤。本方能止痛并防止组织液渗出，促进伤口结痂。

●废茶渣、茶油。废茶渣焙干微焦，研细末，与适量茶油调成稀糊，涂擦于患处。主治烫、烧伤。本方有消肿止痛作用。

●蜂蜜适量，涂患处。主治烫、烙伤。

●人乳汁。烫伤后，立即用人乳汁湿敷患处，每日3～4次。主治烫伤。

●紫草40克，大黄30克，虎枚30克，芝麻油500克。先将芝麻油倒入锅内熬沸，将上药一同放入炸糊即可。去渣取油，待凉后装瓶备用。用无菌棉棒蘸药液涂抹患处，一日2～3次。主治烧烫伤。

●生姜适量。将生姜洗净捣烂，直接涂于患处约1厘米厚，待干更换。主治烧烫伤。

●青蛤100克。将青蛤火烧后碾成细粉。渗液者用干粉，干燥者用油调。主治烧烫伤。

●莲叶、香油适量。莲叶炒黄，研成细面。用香油调为糊状，涂于患处，干后即换。主治烧烫伤。

●西瓜皮适量。清暑止渴利尿。取西瓜皮若干，烧灰存性研细末，香油调敷。主治烧伤。

●香油、白糖适量。解毒、润肤。搅匀外敷。主治烧伤。

足跟痛

足跟痛多由足跟骨刺引起。主要症状是明显的足跟局限性疼痛，往往是起床后走路时加剧，稍活动后疼痛缓解，但久行后又加剧。

治疗

敷贴法

●五味子 12 克，乳香 12 克，牛膝 20 克，白酒适量。前三味共研细末，调拌白酒，外敷贴患处。主治骨刺足痛。

●白芷、白术、防风各 10 克，食醋 100 毫升。取棉布 1 块，将上药包起，放清水内浸泡 10 分钟，另取砖头 1 块，在平面上拓出 1 凹窝，放炉火中烧红，离火源后向砖内的凹窝内倒食醋 100 毫升，再把药袋放在醋砖上，随即将患足底部踏在药袋上约 20 分钟即可。每日 1 剂，连用 3～5 剂。主治足跟底软组织伤或跟骨骨刺。

●威灵仙 5～10 克（捣碎），陈醋适量。调成膏状，备用。先将患足浸泡热水中 5～10 分钟，擦干后将药膏敷于足跟，外用布绷带包扎。晚上休息时，可将患足放在热水袋上热敷。每 2 天换药 1 次。主治跟痛症。个别足跟红痛的患者配以抗生素治疗，效果更佳。局部溃破者不可使用。使用时用威灵仙效果为佳。

●白芍药 30 克，怀牛膝 15 克，甘草 10 克，元茴 3 粒，白酒及醋各 30～50 毫升。前 3 味水煎取汁，分 2 次温服；药渣加元茴再煎，沸 1～2 分钟后加入白酒及醋，趁热熏洗患处，每日 1 剂，7 日为 1 疗程。一般 1～2 个疗程即愈。主治足跟疼痛。

●夏枯草 50 克，食醋 1000 毫升。浸 2～4 小时，然后煮沸 15 分钟，水汁备用，待稍温后浸泡患处 20 分钟，先熏后洗，1 日 2～3 次，1 剂可用 2 日。主治足跟骨刺痛。

●肥猪肉、酒适量。肥猪肉切片，蘸热酒敷患处。主治足跟痛。

●芥末 3～5 克，川芎粉 30 克。温阳，活血，止痛。将川芎研成极细末，加入芥末，装入布袋内，把小布袋垫入鞋内。每周更换 1 次，1 月为 1 疗程。主治足跟骨刺。

●艾叶、蛇床子、川牛滕各 30 克，硫磺 15 克，灵猫香 0.3 克。先将前 4 味药加水 2500 毫升煎沸后熏泡患足，除去足跟部角质老化皮肤，然后将灵猫香置于麝香虎骨膏中心，贴在压痛点明显处。每 2 日 1 换。主治足跟骨刺。

●没食子 40 克，猪牙皂角 20 克，食醋适量。上药焙干，研极细末，用食醋调成糊状。根据疼痛部位，用敷料将药糊贴患处，胶布固定，24 小时更换 1 次。主治足跟骨刺。

●苍耳子 250 克，急性子 250 克，木瓜 100 克，透骨草 100 克，白蘚皮 2100 克，穿山甲 100 克，苦参 50 克。上药研细末，取适量与凡士林、老陈醋调成糊状外敷患处，l 日 1～2 次，15 次为 1 疗程。主治足跟骨刺。

●当归 12 克，没药 12 克，五加皮 12 克，皮硝 10 克，青皮 10 克，川椒 6 克，香附子 12 克，丁香 6 克，地骨皮 12 克，丹皮 10 克，老葱 6 克，麝香 0，6 克。将药物研细末，调拌醋或白酒，外敷贴患处。主治足跟骨刺。

●川芎 45 克。将川芎研成细面，分装在三个用薄布缝制的布袋内，每袋装药末 15 克左右，将药袋拍平放在鞋内，直接与痛处接触，每次用药一袋，每天换一次，三个药袋交替使用，换下的药袋晒干后可继续使用。活血止痛。主治跟骨骨刺引起的脚后跟疼痛。

●没食子 40 克，猪牙皂 20 克，醋适量。上药焙干研极细末，用食醋调成糊状，根据疼痛部位，用敷料将药糊贴患处，胶布固定，每 24 小时换药一次，一次即可止疼。活血通络。主治跟骨骨刺或其他部位骨刺疼痛。

●鹅不食草 2500 克，透骨草 2500 克，泽兰 500 克，生川乌 750 克，生草乌 750 克，马钱子 750 克。上药共研细末，使用时取药粉 60 克，先用 200 毫升水煮开，再炒于 5～8 分钟，加 45%酒精或白酒 20 毫升调匀，然用装入纱布袋内，待温度适宜时放于患处，并用纱布包扎固定，每日用一次，每次 2～3 小时，三天换药一次，6 天为一疗程，连用两个疗程后，隔 3～5 天再继续使用。温经散寒，祛风除湿，活血通络，消肿止痛。主治增生性脊柱炎。

●桐油 90 克，密陀僧 30 克，冰片 3 克。将密陀僧、冰片共研细末，再加入桐油调糊，敷料一块（如脚跟大）摊药敷患处包扎、3 日 1 换，4～5 次即可痊愈。用于足跟痛。

踝关节扭伤

踝关节扭伤是指踝关节过度内、外翻导致以踝部肿胀，剧痛及功能受限为特点的踝部软组织损伤。症状为伤后跛行，局部肿胀，疼痛，压痛明显，运动受限。

治疗

验方

●如踝关节肿疼并伴有皮色发红、局部肤温增高、可用清热凉血利湿法，拟二妙丸加减方用苍术 10 克，黄柏 10 克，当归 10 克，川芎 6 克，生地 10 克，龙胆草 7 克，丹参 10 克，三棱 7 克，莪术 7 克，茯苓 7 克，泽泻 6 克，用于踝关节扭伤。

●如踝关节肿疼并伴有皮色不变，按之凹而不易起，肿疼午后加重，可用补中益气法，拟补中益气汤加减。方用党参 7 克，黄芪 25 克，白术 10 克，柴胡、升麻各 7 克，当归 15 克，丹参 10 克，陈皮 10 克，甘草 6 克。用于踝关节扭伤。

●如踝关节肿疼并伴有皮色暗紫，局部较硬可用舒肝健脾法。拟消遥丸加减。方用柴胡 7 克，枳壳 10 克，白芍 15 克，当归 15 克，生地 20 克，桃仁 7 克，红花 6 克，白术 1.5 克，茯苓 10 克，牛膝 7 克。用于踝关节扭伤。

敷贴法

●木瓜 60 克，栀子 30 克，大黄 150 克，蒲公英 60 克，地鳖虫 30 克，黄柏 30 克，乳香 30 克，没药 30 克。上药物研细末，凡士林调敷，1 日 1 次，3～5 次为 1 疗程。主治膝关节扭伤。

●大葱适量。大葱适量捣烂，炒熟后敷贴患处，凉则换，每次 20～40 分钟，1 日 1～2 次，3～5 次为 1 疗程。主治踝关节扭伤。

●鲜景天三七全草适量。取鲜景天三七全草，洗净后放入 75%酒精溶液中浸泡 15 分钟，取出捣烂备用。冲洗扭伤部位，按肿胀部位的范围取药适量外敷。36 小时以内就诊者以食醋调敷，36 小时以后就诊者以酒精或白酒调敷。有皮损破溃者按常规清创消毒后调敷上药，药厚 1 厘米，用塑料薄膜及绷带包扎固定，24 小时换药 1 次，若药物干燥，可用原药重新调敷或用醋直接外滴，始终使之保持湿润。主治急性关节扭伤。

●栀枝 2 份，乌药、桃树枝、樟树枝各 1 份，50%酒精适量。将上药研末，以水和 50%酒精各半调成糊状，再加适量面粉混合搅匀，摊在塑料布上，厚约 0.3 厘米，敷于患处，绷带包扎固定，以防药液外渗，冬季 2～3 天换药 1 次，夏季 1～2 天换药 1 次，以保持湿润为度。主治踝关节、膝关节扭伤等。

●生山栀、大黄各等份。将上 2 味药共研细粉消毒后备用。将扭伤部位洗净后取药粉适量，24 小时以内就诊者醋调外敷，24 小时后就诊者以酒精调敷。敷药范围以直径大于肿区 2 厘米为度，约厚 0.5 厘米，用塑料及绷带包扎固定，一般 2 小时换药 1 次。主治关节扭伤。若药物干燥，可用酒精直接外滴，保持湿潮，亦可原药重新调敷。

●五倍子 50 克，栀子、生草乌、大黄、生南星各 30 克，土鳖虫、乳香、没药各 20 克，细辛 10 克。上药研细末，取适量醋调外敷患处，1 日 1～2 次，10 次为 1 疗程。主治踝关节扭伤之肿痛剧烈者。

●红花、乳香、没药、川芎各 250 克，附子、细辛、黄柏、白芍、甘草各 200 克，樟脑 100 克。上述药物以 70%酒精 5000 毫升浸泡 1 周，过滤取

药液 1000 毫升备用。施治时取药液适量湿敷患处，也可配合红外线照射，每次 20～30 分钟，1 日 1 次，7 次为 1 疗程。主治踝关节扭伤。

●鲜韭菜 250 克，食盐末 3 克，酒 30 克。将新鲜韭菜切碎，放盐末拌匀，用小木锤将韭菜捣成菜泥，外敷于软组织损伤表面，以清洁纱布包住并固定，再将酒 30 克分次倒于纱布上，保持纱布湿润为度。敷 3～4 小时后去掉韭菜泥和纱布，第 2 日再敷 1 次。主治足踝部软组织损伤。

●韭菜连根 80 克，童便 1 杯。消肿，镇痛。将韭菜连根洗净，捣成泥状，倒入童便。分 2 次服下，每天 1 杯。

●大葱连根，叶 200 克。将葱捣烂，炒热，趁热敷于患处。冷了再更换数次可止痛。

●糯稻杆灰、酒精（75%）各适量。将全株干糯稻杆烧灰，用 75%的酒精调成膏药状。敷于患处，数日即愈。

●鲜葱白 60 克，花椒 12 克，冰片少许。活血，消肿，止痛。葱白洗净，捣成泥状。花椒、冰片共研细面，与葱白泥调匀，敷患处，包扎固定，每天换药 1 次。

●解溪、丘墟、昆仑、商丘、太溪、阿是穴。按艾卷温和灸法施木。每次选用 2～4 个穴位，每次每穴施灸 10～15 分钟，1 日 1～2 次，3 次为 1 疗程。主治踝关节扭伤。艾卷距皮肤的距离保持在 2～3 厘米，以免灼伤皮肤。

●解溪、丘墟、昆仑、病变局部压痛点。按艾炷隔姜灸法操作。每次选用 2～4 个穴位，每穴施灸 4～6 壮，艾炷如黄豆大，以灸至局部潮红为度。每日灸治 1～2 次，3 次为 1 个疗程。主治踝关节扭伤。注意灸毕去掉姜片，用手轻轻揉按痛点。

●解溪、商丘、丘墟、昆仑、阿是穴。按艾炷隔椒醋饼灸法施灸。将花椒研为细末，贮瓶备用。施灸前先取花椒末适量，用米醋调如糊膏状，制成药饼（厚约 3 厘米，比患处稍大），敷于病变压痛点最明显处，上置大艾炷灸之，至觉痛为止。如艾炷尚未燃完，可用镊子取出，视情况可隔 2～3 分钟后，仍可将燃着的艾炷放饼上再灸，觉痛再去，可根据病情反复灸治。主治踝关节扭伤。灸冶时谨防皮肤起泡。

药熏蒸气灸

●患处。按药熏蒸气灸法操作施术。取松木锯末 500 克、陈醋 500 毫升。上述药物加水 400 毫升水煮沸后，将患足置于药盆上，距 20 厘米左右，再覆盖上宽大毛巾，进行蒸熏 20～40 分钟，1 日 1～2 次，5～7 次为 1 疗程。主治气滞型踝关节扭伤。熏蒸时，注意保持温度，不要太低。

急性腰扭伤

急性腰扭伤是指腰部肌肉、韧带、关节囊、筋膜等部位的急性损伤。俗称“闪腰岔气”。症状是腰部强直疼痛，前后俯仰及转动受限。行走困难，咳嗽时疼痛加重，腰肌紧张压痛点明显。

治疗

验方

●新疆葡萄干、酒适量。煎成汤剂，饮服，连用2～3剂。主治闪腰岔气。

●赤小豆50克，白酒适量。赤小豆炒热，加酒拌匀，日服2次，每次1剂，服时把豆嚼碎连酒一起吃下。主治急性腰扭伤。

●鳖甲、黄酒各适量。鳖甲砂炒后研末，热黄酒送服，每眼3克，每日2次。主治闪腰疼痛。

●葡萄30克，神曲30克，黄酒适量。烧灰用黄酒送服。主治闪腰岔气。

●桃仁15克，骨碎补12克，桂枝、姜黄、威灵仙、大黄、川芎、归尾各10克。每日1剂，水煎分3次服，主治急性腰扭伤。

●红花、桃仁、羌活、赤芍、川断、木瓜、小茴香、破故纸各9克，杜促15克。每日1剂，水煎分2次服，黄酒为引。主治急性腰扭伤。

●炒土元30克，血竭30克，汉三七3克，白芨60克。将上药共研细末，每次4.5克，日服三次，白酒为引，服药期间适当活动。主治腰扭伤。

●土鳖虫4个。瓦上焙黄，研为细末，黄酒送服。每日早晚各一次，两次眼完。主治腰扭伤。

●生大黄60克，葱白头5根，生姜适量。先将大黄研成为细粉，再调入生姜汁半小杯，加入开水适量成糊状。将葱白捣烂炒熟，用布包好，在痛处揉擦至局部皮肤发红，将上药的四分之一量外敷，外用纱布包扎固定。每日一次。主治腰扭伤。

●当归9克，白术9克，牛膝15克，川断15克，黑杜仲30克。水煎服，每日一剂，早晚分两次服。主治腰扭伤。

●生姜、大黄各适量。将生姜切碎绞汁，加入大黄粉调成糊状，平摊于扭伤处，厚约0.5厘米，外用油纸覆盖，再用纱布包扎固定。每日一次。主治腰扭伤。

●地龙15克，桃仁12克，泽兰12克，当归10克，苏木10克，桂枝7克，大小茴香各10克，乌药10克，麻黄6克，甘草9克，酒大黄6～15克，沉香末1～2克（冲服）。每日1剂，水煎眼，局部肿胀，青紫加三棱，莪术各10克。主治急性腰扭伤之腰部剧烈疼痛，痛随呼吸而加重，腰部活动受限。

●骨碎补30克，制乳没、桃仁、延胡、乌药各10克，红花6克，䗪虫3克。水煎服，1日1剂。主治急性腰扭伤。孕妇忌用。

●红花10克，鸡蛋2个。用食油适量，将鸡蛋打在碗内，放入红花搅拌均匀，用油炒熟（不加盐），1次食用，日1次。主治急慢性腰扭伤。

●新摘老丝瓜1个，白酒适量。活血，止痛。将老丝爪切晒干，于铁锅内用小火焙炒成棕黄色，研面。每服3克，每天2次，连用3天。用白酒冲服。

●冬瓜皮30克，白酒适量。理气，活血，止痛。将冬瓜皮炒炭存性，研末，白酒送服，每天1次，3～5天为1疗程。

●西瓜皮 100 克，食盐、白酒各适量。将西瓜皮切片阴干，研末，以食盐、白酒饭后调服。每日 3 次，每次 3 克，连用 3 天。主治急性腰扭伤。

●韭菜 60 克，虾米 30 克，黄酒、植物油各适量，食盐少许。按常法炒韭菜、虾米，用黄酒送服，每天 1 次。壮腰，益肾，活血，止痛。主治急性腰扭伤。

●胡桃仁 30 克，补骨脂 15 克。胡桃仁、补骨脂，加水适量煎汤饮服，将胡桃仁细嚼吃下。每天 1 次，7～10 天为 1 疗程。壮腰，补肾。主治急性腰扭伤。

●韭菜或韭菜根 30 克（切细），黄酒 100 毫升。煮熟，乘热饮，每日 1～2 次。主治急性腰扭伤，滞血阴者。

●土鳖、红花各 10 克，白酒适量。急性腰扭伤，以前二味混入水，加酒 200 毫升，文火煎约 15～30 分钟，分 3 次服。慢性腰扭伤，前二味研为极细末，用白酒 2 次温服，不饮酒者可以黄酒代服。主治急性腰扭伤及慢性腰扭伤。

●浓茶汁 200 毫升，米醋 100 毫升。共放锅内烧热，1 次服用。主治闪挫腰痛。

●胡桃仁 60 克，红糖 30 克，黄酒 30 毫升。胡桃仁与黄酒一起煮熟，放红糖后于睡前服用。主治急性腰扭伤。

●菠菜 500 克，黄酒适量。去根洗净，捣烂用纱布绞汁取 100 毫升，用黄酒冲服，每日 2 次。主治急性腰扭伤。

●金针菜鲜根 10 克，赤小豆 30 克，黄酒适量。煎前二味，去渣，冲入黄酒，适量温服。主治腰挫伤，瘀肿疼痛。

●神曲 20 克，酒 1 小碗。神曲入柴火中烧令赤，入酒淬，泡渍少顷，去渣饮酒，顿服。主治闪挫腰痛。

敷贴法

●桃仁 15 克，红花 10 克，乳香 15 克，没药 15 克，大黄 50 克，血竭 10 克，白芷 15 克。将上药共研为细末，加入适量香油调为糊状，敷患处，外用纱布包扎固定，每日换药一次。主治急性扭伤。

●土鳖虫、红花、川芎各 18 克，当归 30 克，75%酒精 500 毫升。将前 4 味药浸泡于 75%酒精中，3 日后以药棉蘸取浸液，涂擦患处，至皮肤发红为度，每日 4～6 次。主治急性扭伤。

●葱白、大黄末、生姜汁各适量。葱白洗净捣烂，放入锅内炒热，反复擦于痛处，再将大黄末以生姜汁调如糊状，敷于痛处，盖以纱布，胶布固定。主治闪挫腰痛。

●鲜小叶榕 200 克，韭菜 50 克，生食盐 20 克，白酒 50 毫升。诸药共捣烂，文火炒微黄，加入酒再炒 10 分钟，待温外敷患处，每天换药 1 次。主治闪腰疼痛。

●斑蝥粉、丁香粉（等份混匀）、白酒。每次取少许，以高度白酒调成糊状备用。同时敷于明显压痛点上，胶布固定，3～4 小时局部灼热疼痛时去胶布，洗去敷药，局部皮肤潮红，如已起泡，可以消毒针头刺破，消毒纱布包扎。一般 2～3 天疼痛消失。主治肱骨外上髁炎，时外侧疼痛，乏力，向上臂及前臂放散，影响肢体活动。

●马钱子 12 克，骨碎补 20 克，生南星 10 克，三七 20 克，威灵仙 12 克，羌活 10 克，独活 10 克，乳香 12 克。将上药研细末，调拌凡士林外敷于

患处，1日1～2次。主治急性腰扭伤。

灸治法

●按艾炷隔姜灸法操作施术。按掐腰部痛点后，即取铜钱厚的生姜1片，用针穿数孔，置于痛点上，上置艾炷施灸，艾炷如黄豆大，一般灸4～6壮。若姜片烤干皱缩，可更换姜片。主治急性腰扭伤。注意灸毕去掉姜片，用手掌或大小鱼际，于痛点处缓和的回旋揉动片刻即可。

●肾俞、大肠俞、腰阳关、承山、阿是穴。按艾炷无瘢痕灸施术。施灸时将艾炷（底径0.8厘米，高1厘米）置于疼痛局部，灸点多少应按患处的范围而定，每个艾炷相距4～5厘米，每点（穴）灸7～8壮，每日1次，3次为1个疗程。主治急性腰扭伤。施灸后以消毒纱布覆盖，以防感染。

●病变局部压痛点。按艾炷瘢痕灸法施术。局部皮肤常规消毒，将一大小如半个枣仁之艾炷，置于穴位上施灸，以灸至患处变成橙黄色或起泡为度。主治急性腰扭伤。瘢痕灸只能用于扭伤后长期不愈的病例。

●病变局部压痛点。按艾炷隔椒醋饼灸法施灸。将花椒研为细末，贮瓶备用。施灸前先取花椒末适量，用米醋调如膏状，制成药饼（厚约3厘米，比患部稍大），敷于病变压痛点最明显处，上置大艾炷灸之，至觉痛为止。如艾炷尚未燃完，可用镊子取去，视情况可隔2～3分钟后，仍可将尚燃着的艾炷放饼上再灸，觉痛再去，可根据病情反复灸治。主治急性腰扭伤。灸治时谨防皮肤起泡。

肩关节周围炎

肩关节周围炎即肩周炎，是肩周肌肉、肌腱、滑囊和关节囊等软组织的慢性无菌性炎症。症状有肩部疼痛，持续加重，可向颈，肩胛、前臂及手部放射，夜间尤甚，肩关节外展和内旋活动均受限，病程长者肩部肌肉明显萎缩。

治疗

西药

●急性期可选用消炎痛、保泰松、布洛劳、阿司匹林、安定等消炎、止痛药物，还可选用维生素 B_1、B_2、C、E 及烟酸、潘生丁等，以利于促进炎症消退和肩关节功能的恢复。如疼痛严重，并有明确的压痛点，可选用醋酸氢化可的松加 1%普鲁卡因或以确炎舒松加 0.25%利多卡因在局部压痛点作封闭治疗。

验方

●黄芪 30 克，桑枝 60 克，桑寄生 12 克，桂枝 12 克，白芍 12 克，生姜 12 克，姜黄 9 克，羌活 9 克，大枣 5 枚。每日 1 剂，水煎服。主治肩关节周围炎。

●猪肉 250 克，蘑菇 250 克，黄酒 30 毫升，花椒适量，白酒 30 毫升。花椒熬水冲入黄酒，将肉切片，和蘑菇、黄酒拌匀，蒸熟，白酒为引，食之，可分 2 次食完。主治肩周炎。

●松枝 2500 克，酒 5000 毫升。共入瓷罐密封 1 周，每日 3 次，每次 30～50 毫升饭后服。主治肩周炎。

敷贴法

●天南星、生川乌、生草乌、羌活、苍术、姜黄、半夏各 20 克，白附子、白芷、乳香、没药各 15 克，红花、细辛各 10 克。将上药研末加食醋、蜂蜜、白酒及葱白捣烂，生姜适量，白胡椒 30 粒研碎，共同炒热后装入布袋，趁热敷熨患处，每次 30 分钟，1 天 2 次，5～7 天 1 疗程。主治肩关节周围炎。

●当归、川芎、红花、天麻、续断、牛藤、秦艽、独活各 30 克，桑白皮 180 克，生南星、生半夏、生草乌、生川乌各 240 克。上药研末加桐油 2500 克及黄丹 1000 克炼制成膏药，取适量外敷患处，2 天 1 次，10 次为 1 疗程。主治肩关节周围炎。

●川乌、草乌、樟脑各 90 克。上药研末，装瓶备用。同时根据疼痛部位大小取药末适量，用醋调成糊状，均匀敷于压痛点，约 0.5 厘米厚，外裹纱布，用热水袋热敷 30 分钟，日 1 次。主治肩周炎。

●生甘草、生川草乌各 5000 克，松香 500 克，黄丹 180 克，白砒 60 克，白芨粉 280 克，辽细辛、白胡椒各 15 克，冰片 6 克。①前 3 味药加水 2000 毫升，先泡后熬，取汁去渣，将药液留在锅内并放入松香，再熬至溶化冒白烟，待水份干冒清烟时，即把松香倒在干净的水泥地上，次日取药碾粉过筛。②取制好之松香 360 克，加入黄丹、砒石混匀，在入白芨粉，装瓶备用。③辽细辛、白胡椒碾细粉瓶装备用。④将双层纱布摊于盘中，均匀撒上松香粉，用 95%酒精浸湿燃烧，待药粉微变黑时灭火，再撒上少许细辛胡椒粉，贴敷患处，以棉垫绷带包扎即可，2 天敷药 1 次，3 次为 1 疗程。主治肩周炎。

●葱，蒜、生姜各取自然汁 300 毫升，米醋 300 毫升，灰面 60 克，牛皮胶 120 克，风仙花汁 100 毫升。先将葱、蒜、姜汁与醋混合，放锅内加热，

熬至极浓时，加入牛皮胶融化，再入灰面搅拌均匀，略熬成膏。取 8 平方厘米胶布数块，用膏药摊贴中间，分别贴于肩髃、肩髎、曲池，l 日 1 次。主治肩周炎。

●川草乌 90 克，樟脑 90 克（均研末），醋适量。取药末适量，醋调成糊，匀敷压痛点，厚约 0.5 厘米，外裹纱布，然后用热水袋热敷 30 分钟，每日 1 次。主治肩关节周围炎。对无菌性腱鞘炎，腱鞘囊肿，骨质增生均有一定效果。

●老生姜 1000 克，葱白 500 克，甜酒 250 毫升。共捣烂，入锅内炒热，取出热敷患处，冷后再炒热，每日 2 次，每次 10～20 分钟，5～7 日为 1 疗程。主治上肢肩胛骨痛。

●斑蝥、大蒜汁。斑蝥研为细末，取 0.01～0.02 克，同大蒜汁调合成饼置于穴位上，盖贴约 8～10 厘米大的胶布。穴位：肩髃、天宗、肩井、巨骨、肩贞、肩前、曲池、条口。1 次可贴 2～3 个穴位，先贴肩部，后贴远端穴位。主治肩周炎。本方敷后 4～9 小时，穴位处有热辣感或微痛感，即将胶布及药末除去，见皮肢发红起泡，若仅皮肢潮红，未见有泡，再盖贴 1 次。若泡大疼痛而有水者，可用消毒针头刺破流去液体而痛减，但不要将泡皮撕掉，更不要涂敷药膏。当去除胶布后，盖以消毒的纱布块即可。发泡后一般 2～4 天即干燥而愈。每周发泡 1 次，3 次为 1 疗程。取穴方法如下：肩髃：位于三角肌上部，肩峰与肱骨大结节之间，上臂外展平举，肩前呈现的凹陷处是穴。肩井：当大椎与肩峰之间中点，肩部最高处。肩贞：垂臂合腋，当腋后皱臂上 1 寸处。肩前：腋前皱襞上 1 寸处。天宗：肩胛岗中点下缘下 1 寸处取之。巨骨：锁骨肩峰端与肩胛岗结合部的凹陷中。曲池：屈肘成直角，穴在肘弯横纹尽头处。条口：足三里直下 5 寸，当犊鼻与解溪连线的中点。

●威灵仙、防风、苍术各 15 克，晚蚕砂 30 克，黄酒 120 毫升。共研细末炒热，加 120 毫升黄酒拌匀再炒数分钟，装入布袋，热熨患处半小时，每日 2 次，5～7 日为 1 疗程。主治肩周炎。

●白凤仙根、臭梧桐、生姜，大蒜头、韭菜各 210 克。共捣烂取汁，文火煎膏，摊于布上，贴患处。主治肩周炎。

●老生姜 1000 克，葱子 500 克，甜酒 250 毫升。捣烂后，炒热敷痛处，冷后再加热。主治肩周炎。

●葱汁、生姜汁、蒜汁、米醋、牛膝末、面粉各适量。上药混合，煎熬成膏，摊于布上，贴患处。主治肩周炎，臂痛，腿痛。

●鲜枇杷叶、大风艾、生姜各适量。洗净，捣如泥，入米双酒调匀，入锅内炒热，外敷患处，每日换药 1～2 次，7～10 日为 1 疗程。主治顽固性肩周炎。

针刺法

●毫针天宗、肩贞、肩髃、曲池、臂臑、合谷。配穴：风胜者加刺风池、外关、列缺；寒盛者加温针灸；湿盛者加刺条口、足三里、手三里；肩内廉痛者加刺肩内陵、尺泽、阴陵泉，肩前廉痛者加刺手三里，肩后廉痛者加刺后溪、条口透承山。各穴均用泻法或平补平泻法，留针 20～30 分钟，每日 1 次，10 次 1 疗程，疗程间隔 5～7 天。

●灸法天宗、肩髃、曲池、外关。艾卷温和灸，每穴 5～10 分钟，灸至穴位皮肤潮红为宜，隔日 1 次，10 次 1 疗程，疗程间隔 3～5 天。

●耳针肩关节、肩、锁骨、压痛点等穴。毫针刺入，每次取 2～3 穴，强

刺激，间断捻针，同时嘱患者适当活动患肢，留针 10～20 分钟，隔日 1 次，亦可用耳穴压丸法。

●水针肩贞、肩髃、臂臑、阿是穴。用维生素 B1 或 50%当归注射液，每穴注入 0.5 毫升，隔日 1 次，10 次 1 疗程，疗程间隔 7 天。

气功疗法

●站式：全身放松，两上肢自然下垂于身体两侧，自然呼吸或逆腹式呼吸，两手侧平举至肩平，掌心向下变为掌心向前，两手同时向前，两上肢伸直合拢，两拇指桡侧先相触，然后余四指指尖相触，掌心空虚；再后屈肘收回至胸前，两拇指尖对准天突穴，余四指指尖向上呈佛掌式，意守丹田，吸气时，气沉丹田，呼气时，气由丹田上行至肩沿两上肢达掌心从指尖出，做 81 息。接上势，呼气时，两掌分开，左手在上，从胸前向右前上方至左前上方划弧后，向左前上方探出；同时，右手在下，从胸前向左前下方至右前下方划弧后，向右髋旁侧下按，意念在两手劳宫穴，吸气时，两手同时由原路收回至胸前，右手在上，左手在下；吸气时，再按上法同时作右前探和左下按，如此反复，各探出 9 次，最后收回到胸前呈佛掌式。按上势，呼气，两手掌心向下，自然缓缓下落至下丹田后向两侧分开，翻掌，掌心向上，吸气，两手从身体两侧如捧气状至头顶前方，掌心向下照于百会穴；呼气，两手缓缓下按，引气归下丹田，意守丹田，如此反复 9 次后，两手重叠且内、外劳宫相对，左手在内，女性反之，劳宫穴对准关元穴，按揉关元穴，顺、逆时针方向各 36 次。

辅助疗法

●用健手大鱼际与其余四指相对，拿肩关节周围 30 次。

●用健手手掌拍打肩周围 60 次，并捏捻腋前筋和腋后筋各 30 次。

●用健手拇指按揉肩关节周围压痛点 1 分钟，然后依次按揉患侧曲池、内关、足三里、合谷穴各 1 分钟，再用手掌在患肢上臂大面积擦抹。

另外，还可以做甩手、爬墙、抱头、梳头、拉手等锻炼。

注意事项

本病病程较长，疗效慢，因此要树立战胜疾病的信心，积极参加各项有益的文娱活动和功能锻炼。开始练功时，可能有些局部疼痛，只要坚持一段时间即可克服，任何时期都禁作被动活动，防止肩部受冻和外伤。

腰肌劳损

腰肌劳损又称功能性腰痛，本病可继发于急性腰扭伤之后，也可因长期弯腰工作、姿势不正或常处于特殊体位、过度疲劳使腰肌减弱或因有结构性缺陷所致。症状为腰背酸痛，休息时轻，劳作时重，弯腰时间长疼痛即加剧，腰部有压痛点。

治疗

验方

●大豆 200 克，米酒 300 毫升。大豆炒热，趁热浸酒，煮取 200 毫升。煮时加水少许。顿服。主治腰胁卒痛。

●杜仲 30 克，白酒 500 毫升。泡 7 天后眼，每次 10～20 毫升，每日 2～3 次。主治腰痛。

●鱼鳔胶、鹿角片等量，黄酒或葡萄酒。前二味砂锅内炒至黄色松脆，共研细末，黄酒或葡萄酒送服，每次 3 克，日服 2～3 次。主治肾虚腰痛。

●猪腰子 1 对，炒故子 15 克，黄酒 200 毫升。猪腰剖开，把药放入，蒸熟后空腹食用，黄酒送下。主治腰痛。

●生薏仁 120 克，制首乌 180 克，白酒适量。共浸泡密封，置阴凉处 15 天，去渣备用。早晚各服 2 酒盅。主治肾虚风寒腰痛。

症见腰痛隐隐，转侧不利，头目眩晕，腰膝酸软，每遇风寒而作。

●生姜、大黄各 15 克。共切如小豆大，炒黄后水煎去渣，空腹顿服。主治瘀血腰痛。症见腰痛如针刺感，固定不移，舌紫暗或有瘀斑，脉细涩。

●连根车前草 30 克，连根葱白 60 克，大枣 7 枚。共捣烂，酒煮，贮瓶备用，每服 20～50 毫升，每日 1 次。主治寒湿腰痛。

●鲜生鸡蛋 3 个，米醋 500 毫升。米醋在砂锅中烧开后放入带壳鸡蛋，煮 8 分钟后取出。每日临睡前食鸡蛋 3 个，至愈为止。主治腰痛。

●泽兰 50 克，白酒适量。前一味水酒各半煎服，每日 1 剂，分 2 次眼。主治腰痛。

●上鳖虫适量，黄酒少许。上一味焙干研末，每次 5 克，每日 2 次，黄酒冲服。主治腰痛。

●黄花菜 60 克，黄冰糖 60 克，黄酒 100 毫升。水煎，1 日 2～3 次分服。主治腰腿痛。

●香附、生姜各适量。生姜捣烂取汁浸香附一宿，炒黄为末，加入青盐适量，研匀，擦牙数次。主治腰痛。

●生姜适量。生姜切片蘸香油反复擦痛处，然后将生姜炭火中烧熟，捣如泥状，敷痛外，包扎固定。主治腰痛。

●新疆葡萄干（奶葡萄为佳）30 克，酒适量。煮汤，连饮 2～3 剂。主治腰痛。

●绿茶 1 克，熟芝麻末 5 克，红糖 25 克。加开水 400～500 毫升搅匀，分 3 次温服，日服 1 剂。主治腰肌劳损。

●绿茶 1 克，蜂蜜 25 克，鸡蛋 2 个。水 300 毫升煮沸后加入上三味，待蛋熟后即可，每天早餐后服 1 次，日服 1 剂，45 天为一疗程。主治腰肌劳损。

●茶、醋。茶汁 200 毫升加醋 80 毫升炖服。主治腰痛。

●鲜松针 150 克，米酒 500 克。浸 14 天后，每服 1 小杯。主治腰痛。

●全蝎 1.5 克，灸甲片、蕲蛇各 9 克，蜈蚣 3 条，地鳖虫 6 克、参三七

5 克。上药共研细末为 1 日量，分早晚 2 次吞服。主治腰肌劳损。服 18 剂痊愈。

●九香虫 7 克，陈皮 7 克。上药共研为细末，1 日 2 次分服，用开水或酒送服，连服 7 剂。主治腰肌劳损。

敷贴法

●生姜 120 克，葱头 30 克，肉桂 30 克，花椒 60 克，吴茱萸 90 克。共捣烂炒热，布包热熨腰部，冷则炒热再熨。主治寒湿腰痛。症见腰痛重着，转侧不利，得温则。

●草乌 12 克，生姜 50 克，食盐少许。共捣烂如泥，酒炒热，布包裹，敷于腰部痛处，冷则再炒再敷。主治寒湿腰痛。

●生姜汁 120 克，水胶 30 克，共煎成膏，涂于厚纸上，贴腰部，每 2 日更换 1 次。主治肾虚腰痛。症见腰痛隐隐，喜揉喜按，头目晕眩，膝腿酸软。

●丝瓜子仁、白酒适量。炒焦，以酒热服，并以渣炒、热敷患处。主治腰痛不止。

●生马钱子、透骨草、生穿山甲、汉防已、乳香、没药、王不留行、细辛、五加皮、豨莶草、独活、生草乌、五倍子、肉桂、枳实、牛蒡子，血余、干姜各 10 克，全蝎、威灵仙、生川军、泽兰叶、丝瓜络、麻黄、土鳖虫、防风各 12 克，归尾 15 克，蜈蚣 4 条，功劳叶、甘遂各 30 克。上药经香油 2000 克煎枯去渣再熬药油至滴水成珠时下黄丹 1000 克制成膏备用。选肾俞、阿是穴敷贴，3～5 天换 1 次，1 个月为 1 疗程。主治腰肌劳损。

●生川乌 15 克、食盐少许。上药混合捣融成膏，将药膏摊于肾俞、腰眼穴上，覆以纱布，胶布固定，1 日 1 换。主治腰肌劳损和其它原因引起的腰痛。

●鸡屎白、麦麸各 250 克。上药放锅内用慢火炒热时加入酒精，混匀后用布包好敷于患处，热散后取下。次日可再炒热后加酒精使用，连用 4～5 次后弃去。每日 1 次，7～10 天为 1 疗程。主治腰肌劳损，急性腰扭伤，肩周炎等。

●葱白 30 克，大黄 6 克。将上药捣烂炒热外敷痛处。主治腰肌劳损之腰痛。

刺络（刺血）拔罐法

●阿是穴，委中。局部常规消毒后，用皮肤针重叩出血，然后加拔火罐，留罐 10～15 分钟，每日或隔日 1 次，主治慢性腰肌劳损以及寒湿腰痛。因脊椎结核、肿瘤等引起的腰痛不属本法治疗范围。②平时常用两手掌根揉擦腰部，早晚 1 次，可减轻腰痛和防止腰痛发作。

●疼痛局部。局部常规消毒后，用皮肤针重叩局部，使皮肤红晕；或用刺筒在局部上下来回刺 3～5 分钟，至皮肤红晕或微出血，然后加拔火罐，留罐 5～10 分钟。主治腰肌劳损。每次治疗，出血量不宜过多。如劳损部位比较广泛时，可用针刺后走罐法。

药罐法

●选用大小合适的抽气罐，术者一手持罐，罐口向下紧扣于所选穴位处，另一手持注射器吸取药液（元胡 20 克，透骨草、川芎各 15 克，赤芍 10 克，浸泡后水煎，过滤制成 30%的药液）20～40 毫升，注于罐内。将橡皮帽复盖于罐排气孔上，用注射器或吸引器，抽出罐内空气，形成负压，然后用止血

钳夹紧导管，留置 20～30 分钟。治疗结束后，松开止血钳及橡皮帽，用注射器连接头皮针导管，吸尽罐内药液。每日治疗 1 次，10 次为 1 疗程。休息 3～5 天后继续第 2 疗程治疗。主治腰肌劳损。

●根据治疗部位选用口径 2～4.5 厘米，长 10～12 厘米，厚度为 0.3 厘米的竹管，放入药水（麻黄、祁艾、防风、木瓜、川椒、竹茹、秦艽、透骨草、穿山甲、乳香、没药、千年健、地风、羌活、苍术、防己、当归尾、刘寄奴、乌梅、甘草各 6 克，水煎后去渣存液锅中煮 3～5 分钟，夹出后甩净擦干，迅速叩在所需治疗部位上，依疼痛范围大小，每次拔 5～8 个，每日 1 次，每次 10～15 分钟，15 次为 1 疗程。疗程间休息 5～7 天。主治腰肌劳损。

耳部压豆法

●王不留行籽。将王不留行籽压耳穴腰、肾、肝、神门等穴，胶布固定。3 天换 1 次，1 个月 1 疗程。主治腰肌劳损（肾虚型）。

●王不留行籽。肝、肾、腰痛点、腰椎、皮质下、神门、膀胱等穴。将关节止痛膏剪成 0.5×0.5 厘米大小，中央放一粒消毒过的王不留行籽，贴于一侧的上述穴位。轻轻加压，捻动穴点的王不留行籽，直至耳廓发热、充血，患者即感腰部疼痛减轻。每隔 1～2 小时加压捻转 1 次，若贴膏 1 次疼痛不减者，可于第 3 日换贴另一侧耳廓。5 次 1 疗程。主治腰肌劳损。

吹鼻法

●木香 3 克，麝香 0.3 克。上药研极细末混匀，吹入鼻内。主治腰肌劳损（瘀滞型）。

艾灸法

●肾俞、大肠俞、阿是穴。按艾卷温和灸法施术。每次选 2～4 个穴位，将艾卷的一端燃着，先靠近皮肤，以后慢慢提高，直到病人感到舒快时就固定在这一部位。连续熏灸 10～15 分钟，至局部发红为度。每日灸治 1～2 次，10 次为 1 个疗程，主治腰肌劳损。艾卷距皮肤的距离一般保持在 3 厘米左右。

●肾俞、大肠俞、腰阳关、阿是穴。按艾炷隔姜灸法操作施术。每次选用 2～4 个穴位，每穴施灸 4～6 壮，每日灸治 1～2 次，10 次为 1 个疗程。主治腰肌劳损。施灸时，若患者感觉灼热不可忍受时，可将姜片向上提起，稍停后放下继续施灸，直到局部皮肤潮红湿润为度。

颈椎病

颈椎病为中老年人的常见病，是由于颈椎增生刺激或压迫颈神经根、颈部脊髓、椎动脉或交感神经而引起的综合症候群。有头颈及肩部麻木疼痛伴有相应的压痛点，甚或肢体酸软无力，大小便失禁，瘫痪。有的伴有头晕，心慌等症。

治疗

西药

●如脊神经受挤压疼痛明显时，可选用止痛片、消炎痛、平痛新、氯灭酸等镇痛药和维生素 B1、B6 等；推动脉受挤压者，多有脑供血不足症状，可甩复方丹参、地巴唑及烟酸类药物；植物神经受挤压者，可选用谷维素、维生素 B1、维生素 B6、三磷酸腺苷、辅酶 A 等。

中成药

●颈椎病患者有骨质增生、肢体麻木、腰背酸痛者，可选用骨刺片、壮骨关节丸。

验方

●桂枝、白芍、黄芪、知母各 9 克，葛根 18 克，生地 24 克，钩藤、柔寄生各 12 克，生石膏、桑枝、茅根各 30 克，琥珀 6 克。每日 1 剂，水煎服。主治颈椎病。

●生白芍 60 克，生甘草 10 克，木瓜 10 克，川牛膝 15 克。水煎服，每日一剂，40 剂为一疗程。主治颈椎病。

●地龙、全虫、蜈蚣、土鳖虫各 30 克，葛根、钩藤、丹参、狗脊、茯苓、白术、伸筋草、草河车、党参、牛膝各 60 克。将上药共研细末口服，每次 4 克，每日 3 次，半月为一疗程。主治颈椎病。

●葛根 30 克，全蝎 12 克，蜈蚣 2 条，乌蛇、赤芍、川芎、自然铜、穿山龙，木瓜各 15 克，鹿含草 30 克，黑木耳 15 克，甘草 6 克。将上药水煎，每日一剂，早晚两次服用。主治颈椎病。

●全蝎 9 克，蜈蚣 2 条，鹿含草 30 克，乌蛇 15 克，当归 15 克，川芎 15 克，自然铜 15 克。水煎服，每日一剂，分两次服，10 天为一疗程。主治颈椎病。

敷贴法

●白花蛇 10 克，麝香 15 克，肉桂、乳香、没药、川草乌、川椒、白芥子各 5 克，冰片少许。先将白花蛇焙黄，乳香、没药去油后，再同上药共研细末，装瓶备用，用时在胶布上撒药粉少许，贴于颈部压痛最明显处。主治神经根型颈椎病。同时配服葛根、威灵仙各 30 克，全虫 6 克，透骨草、仙灵脾、白芍、狗脊、鸡血藤、木瓜各 15 克，桑枝 10 克，青见藤 12 克。

●三七 10 克，川芎、血竭、乳香、姜黄、没药、杜仲、天麻、白芷各 15 克，川椒 5 克，麝香 2 克。将前 10 味药共研细末，放人 150 毫升白酒中微火煎成糊状，或用米醋拌成糊状，摊在纱布上，并将麝香搽在上面，敷于患处。干后可将药重新调成糊状在用，每剂药可连用 3～5 次，15 次 1 疗程。主治各型颈椎病。

●伸筋草、透骨草、荆芥、防风、附子、千年健、威灵仙、桂枝、路路通、秦艽、姜活、独活、麻黄、红花各 30 克。上药研粗末，装入长 15 厘米、宽 10 厘米的药袋内，每袋 150 克。用时将布袋加水煎煮 20～30 分钟，稍凉

后将药袋置于患处热敷，每次 30 分钟，1 日 1 次，2 个月 1 疗程。主治各型颈椎病。

●吴茱萸 150～300 克，黄酒适量。将吴茱萸研为细末，过筛。用时取药末适量加黄酒拌匀，放锅内炒热，搅成糊状。取药糊乘热摊于数块清洁布上，分别贴于大椎、大杼、肩髃、肩井、后溪穴上，冷后再换，再贴之。主治颈椎病。局部出现小水泡，不需处理。

●青风藤、海风藤、羌活、独活、藤黄、木瓜、麻黄、当归、川芎、生川乌、生草乌、地龙、土元、补骨脂、杜仲、牛藤各适量。将上药于患处或主要疼痛部位外敷，7 天更换 1 次，1 周为 1 疗程。主治颈椎、胸椎、腰椎、跟骨、膝关节、肘关节等部位骨质增生。

●元寸 0.1 克，藤黄、朱砂、梅片各 1.5 克，壁虎 1 条焙干取 1 半。以上诸药共研细末，用胶布将药面贴于患处。主治颈椎骨质增生或其它部位之骨质增生。藤黄剧毒，胶布四周要贴严，贴好后药面妥善处理。

●乌梢蛇、细辛各 10 克，白花蛇 1 条，皂角刺、豨签草、透骨草、穿山甲、生乳没、杜仲、威灵仙、仙灵脾各 15 克，五灵脂 20 克，生川乌、生草乌各 9 克。上药共研细末，用陈醋或米醋（局部疼痛发冷者可用白酒或黄酒）调成糊状，以杏核大小药膏置胶布中央，贴于增生部位及相应穴位上，隔日 1 次，10 次为 1 疗程。主治颈椎及其它部位骨质增生。

●黑豆 30 克，川芎 100 克，陈醋适量。将黑豆炒焦，川芎晒干，共研成细面。用陈醋调成糊样，摊于黑布上，每晚敷患处，次晨洗掉。1 周为 1 疗程。主治颈椎病。

●干山楂片 100 克，白芥子 10 克，老陈醋适量。将山楂片，白芥子，共研成细面。用老陈醋调成膏药状，敷患处外用布固定。每晚临睡前用药 1 次，次晨去掉。感到局部有烧灼感时可提前去掉。主治颈椎病。

刺络（刺血）拔罐法

●大椎、肩外俞、风门穴。每次选用 1～2 穴，皮肤常规消毒后，对准穴位，用三棱针迅速地刺入约半分至 1 分，随即迅速退出，以出血为度。然后拔罐，留罐 10～15 分钟。去罐后头部作旋转运动。每 3～5 天 1 次，一般治疗 3 次。主治颈椎病，使用本疗法最好不要超过 10 次。患者平时要预防颈部过劳与受寒，需长时间固定某一姿式工作者，工作一段时间后要起身活动颈项部，睡眠时要注意枕头高度，不要枕高枕。

●颈椎棘突 5、6、7 和大椎、风门（双）、肺俞（双）等穴。诸穴可交替选用，先用七星针叩打至出血，然后拔罐 5～10 分钟，每穴吸出瘀血 1～3 毫升。伴有神经根刺激症者，沿手阳明及手太阴经循行路线选穴施治；若尺神经受压，则针刺心经和小肠经的穴位。遵循“经络所过、主治所在”的治则。针刺手法以提插泻法为主。每周治疗 2～3 次。主治颈椎病。

●天宗、肩贞、阿是穴。所选穴位常规消毒后，用铍针按《内经》输刺法（古刺法，为五刺之一。指直刺深入至骨以治骨痹的方法）直入直出深至骨膜，出针后有少量血液（一般不超过 5 毫升），针后加拔火罐，留罐 10 分钟左右。去罐后局部按摩，头部作旋转运动。每 3～5 天 1 次，一般治疗 3 次，亦可在输刺的间歇期间内，于颈椎旁开 0.5 厘米处配合电针治疗，一般不超过 10 次。主治颈椎病。

针罐法

●主穴：颈部华佗夹脊穴。配穴：风他、天窗，肩井、肩贞、肩髃、合谷、

外关、内关、列缺、少海、中渚等。局部皮肤常规消毒，取一个颈部夹脊穴针刺，然后扣针拔火罐，待局部皮肤红紫将罐取下。再结合针刺配穴，每次选 2～3 个穴。次日交叉取 2 个颈部夹脊穴，每穴注入维生素 B12250～500 微克和当归寄生 2 毫升。依上述方法操作，每日 1 次，两个月为 1 疗程。一般 1 疗程后病人症状明显减轻或消失。如需治疗者，休息 1～2 个月后，再行第 2 疗程。主治颈椎病。

●华佗夹脊穴。治疗前先从华佗夹脊穴的起点，用拇指向下按压滑动，找出敏感点（压痛或酸、麻、胀感），然后用 1.5～2 寸毫针向脊椎方向斜刺，待针下出现电击样或胀麻感传导时，停止进针，施以相应手法加强针感。对针刺到一定深度而无上述针感者，可施以强烈的刮针法，直至取得上述针感为止。针感越强，疗效越显。另外在敏感穴位对侧；用上法针刺 1 针，然后在两针上分别拔罐，留针罐 20 分钟。对脊椎两侧反应点不对称者，可在对侧施以上针刺、拔罐法。主治颈椎病以及落枕、背脊风寒等病引起的脊背强痛、头部活动受限等症。华佗夹脊穴部位险要，刺之务必精心，针尖向脊背，缓缓推进，有感即止。

药罐法

●主穴：下风池（风池下五分），大抒、风门。配穴：天宗、肩井、肩髃、曲池。将加工成不同口径的竹管放在煮沸的药水（艾叶、防风、杜仲、麻黄、木瓜、川椒、穿山甲、土鳖虫、羌活、苍术、独活、苏木、红花、桃仁、透骨草、千年健、海桐皮各 10 克，乳香、没药各 5 克，布包水煎）锅内，2～3 分钟后取出，并把管内药水甩净，迅速地放在患者穴位上，可牢固吸住皮肤。7～8 分钟取下，局部皮肤出现瘀血或充血，据病情每日或隔日治疗 1 次，10 次为 1 疗程。主治颈椎病。

●阿是穴。用直径 4～10 厘米不等的竹管，经药汁（透骨草、防风、川乌、草乌、荆芥、独活、羌活、寄生、艾叶、红花、牛膝、桂枝、川椒各 100 克水煎）煮沸后，在疼痛部位行拔罐治疗。病情较重者，可沿疼痛的经络走行密排拔罐。留 15～20 分钟。主治颈椎病等。

艾灸法

●主穴：病变部位夹脊穴、大椎、肩髃、曲池、足三里、绝骨。配穴：身柱、肾俞、环跳、阳陵泉、肩井、天宗、阳池、中渚。按艾条温和灸法施术。每次选用 4～6 个穴位，将艾条的一端燃着，先靠近皮肤，以后慢慢提高，直到病人感到舒服时就固定在这一部位（一般距皮肤约半寸），连续熏 5～10 分钟，至局部发红为止。每日灸治 1～2 次，10 次为 1 疗程。疗程间隔 5 天。主治颈椎病。施灸时应注意艾条与皮肤之间保持适当的距离。

●主穴：病变部位夹脊穴、大椎、肩髃、曲他、足三里、绝骨。配穴：身柱、肾俞，环跳、阳陵泉、肩井、天宗、阳池、中渚。按温针灸法操作施术。每次选 4～6 个穴位，皮肤常规消毒，毫针常规刺入，得气后施以平补平泻手法，然后留针不动，将一长约 2 厘米的艾段点燃一端后，套在针柄上，使燃端在下面。每穴每次施灸 2 壮，每日或隔日治疗 1 次，10 天为 1 疗程，疗程间隔 3～5 天。主治颈椎病。

●颈夹脊穴及压痛点。按温盒灸法常规施术。把温灸盒置于所选部位的中央，点燃一 4 厘米长的艾卷，对准穴位放在铁纱上，盖好即可。每次施灸 10～20 分钟，每日或隔日灸治 1 次，10 次为 1 疗程，疗程间隔 3～5 天。主治颈椎病。施灸时，若温度过高，可打开盒盖，不必移开温灸盒。

●夹脊穴、阿是穴、大椎、肩井、风池、肩贞、合谷、足三里。按艾炷隔姜灸法程序施术，每次 3～6 个穴位，每次 3～6 壮，每日灸治 1 次，7～10

次为 1 疗程。主治颈椎病。施灸时，若病人感觉灼热不可忍受时，可将姜片向上提起，稍停后放下再灸，直到局部潮红和湿润为止。

气功疗法

●预备势：身体直立，两脚平行分开，与肩同宽，两手自然下垂，头要正，脊背颈椎挺直，上顶百会，下颏后收，两眼向前平视，心情恬静，先呼气三口，全身放松。第一势：意守颈椎 2～3 分钟后，头猛力上顶，头顶上的头发要有被吊着上提之感，整个上身向上挺直，而从腰起开始向下沉，同时双手用力向下拉伸，十指指尖用意向地里插。这样一挺一拉，反复练习。头上顶颈插直，用力慢慢向左转动。双脚跟提起，两眼向后看，两手尽力下伸，十指用意向地里插去，约 1 分钟后，恢复预备势。然后，用同样的方法，再向右转，这样反复练习半小时，注意头正前方时，猛吸气，收小腹，收肛，收外肾，头向两侧转动时，徐徐吐气，吐气过程即是全部放松过程，松腹，松肛，松外肾。但松而不懈，意守颈椎。收功势：双手按摩头顶，用手拢发 10 余次，双手必按摩颈部几分钟，然后再从上到下摩脸 5～6 次，即可收功。

辅助疗法

●头项旋转：自然站立，两手叉腰，做头的旋转动作，先从左至右旋转 3 圈，然后沿相反方向转 3 圈。用意不要用力。

●项臂争力：取站位或坐位，双手交叉紧抵枕后，头颈朝颈后伸，双手则用力阻之，项臂持续用劲相抗片刻后，放松还原，做 10 次。另外一种方法仍取站位或坐位，两手于头后枕部相握，两前臂紧夹两侧颞部，头颈用劲左转，同时左前臂用力阻之，项臂持续相抗片刻后，放松还原，然后反方向操作，各做 10 次。

●转身回首：站立，右前弓步，身体向右旋，同时右掌向上托天，左掌向下用劲拔伸，并回头看左手，还原后改为左前弓步，做相反方向的活动。左右交替进行，共做 10 次。

注意事项

避免长时间低头或仰头工作，如必须长时期低头工作时，工作 1 小时后应活动颈部 10 分钟，使颈部的肌肉、韧带得到适当的休息。睡觉时枕头以 10 厘米左右为宜。症状明显时，可用两层厚纸剪成高领外包绒布，加以布带固定，以限制颈部活动。平时颈肩部要避免受寒，局部可多做热敷。

骨折

骨折是由于遭受外力的伤害，使骨胳的完整性或连续性遭到破坏。可以由生活、交通、工业、农业、运动、灾害及战争等损伤因素造成。症状为肿痛、瘀斑、压痛、叩击痛阳性，骨摩擦音及功能障碍。

治疗

验方

●甜瓜子 100 克，螃蟹 1 个。将甜瓜子、螃蟹共研为末。每服 9 克，黄酒温水各半冲服，日服 2 次。

●甜瓜子 9 克，黄酒适量。甜瓜子研细末，用黄酒 1 盅送服，每日 2 次。主治四肢关节扭伤。

●鸭血、黄酒。鲜鸭血注入热黄酒，饮服。主治跌打损伤。

●杨梅树皮 40～60 克，黄酒适量。水煎后冲黄酒少量服用。主治外伤肿痛。

●三七 10～30 克，白酒 500 毫升。泡 7 天后服，每次 5～10 毫升，每日 2～3 次。主治跌打损伤。

●全蟹（焙干）、黄酒。上一味研末，黄酒送服，每次 9～12 克。主治骨折。

●骨碎补 60 克，白酒 500 毫升。泡 7 天后服，每日 2 次，每次 1 小杯。主治骨折（辅助治疗）。

●川芎 30 克，白酒 500 毫升。泡 7 天后服，每次 10～20 毫升。每日 2～3 次。主治跌打疼痛。

●玫瑰花根 25 克，黄酒适量。洗净玫瑰花根，用黄酒煮，每日早晚服用。主治跌打损伤。

●鹿角霜若干，黄酒适量。每取 5 克鹿角霜，每日 2 次用热酒送服。7～10 天为 1 疗程。主治跌打损伤。

●土鳖虫适量，黄酒适量。前一味焙干研末，每日 2 次，每服 5 克，黄酒冲服。主治跌打损伤。

●野菊花（连根）、童便、酒。野菊花洗净阴干，每 30 克野菊花加童便和酒 1 碗，煎汤内服。主治跌打损伤血流不止。

●茶叶、枸杞叶各 500 克。共晒干研末，加适量面粉糊粘合，压成小方块，烘干即得。每日约 4 克，每次 1 块，成人每日 2～3 次，沸水冲泡饮用。主治跌打损伤。

●生地黄汁 250 毫升，黄酒 500 毫升，桃仁（炒）28 克、牡丹（去心）28 克，桂枝（去粗皮）28 克，后三味共研细末，与前二味共煎熟，去渣温饮 1 盏，不拘时，未愈再饮。主治跌打损伤，瘀血在腹。

敷贴法

●葱白、砂糖各适量。共捣烂如泥，敷于患处，盖以纱布，以纱布固定，每日更换 1 次。主治跌打肿痛。

●荆芥、土当归各 9 克，大葱 60 克，生姜 60 克。煎汤频洗。

●葱白 2 根，蜈蚣 1 条，荸荠 1 个。共捣如膏状，敷于患处，盖以敷料，胶布固定，每日更换 1 次，主治跌打损伤。

●苎根 1 握，生姜 15 克。煎汤外洗。主治跌打损伤。

●老生姜 1 块。将老生姜嚼烂敷之。主治跌打损伤。

●茶叶、茶水。先以茶水洗净患处，茶叶嚼烂后吐在碗中，加入 1 小匙硫磺，搅拌后贴敷患处，12 小时换 1 次。主治跌打损伤。

●葱 1 把，白酒适量。葱捣烂加酒炒热熨患处。主治跌打肿痛，风湿痛。

●山桅子适量，白酒适量。研细桅子用酒调敷患处。主治外伤未出血者。

●当归、葱白、荆芥各适量。煎汤外洗。主治闪跌手足。

●生姜、葱白、面粉各适量捣烂如泥状，锅内炒热，敷于痛处，盖以纱布，胶布固定。如加烧酒适量更佳。主治闪跌手足。

●大黄、生姜汁各适量，大黄研细末，以生姜汁调如泥状，敷患处，盖以纱布，胶布固定。主治闪跌手足。

●葱白（捣烂）、生大黄末、姜汁、酒。葱白炒热，将痛处擦遍，姜汁调敷大黄末，并尽量饮以好酒。主治跌打损伤未出血者。

●生石膏、生桐油、全葱各适量。捣碎敷患处，日换 1 次。主治关节扭伤。

针刺加火罐法

●内关、阿是穴。取患侧内关（双侧患病取两侧），用毫针将针尖逆经脉的方向，向上斜刺，进退搓捻，以催其气至而用泻法，务使针感循肘上肩，直达病所。行针时须令患者作深呼吸、咳嗽，并做转体活动，留针 15 分钟，每隔 5 分钟行手法 1 次，待痛热稍减，即在胸胁疼痛明显处拔 1 大号火罐，每日 1 次。主治胸胁闪挫伤。

走罐法

●患者取卧位，使骨折处及骨折较远端充分暴露，局部创面涂以绿药膏（原为治烫伤用），取大口玻璃火罐，用闪火法速将罐口扣吸于该助骨骨折较远端处，提拉火罐，并沿肋骨走向，移向骨折端，直至骨折处。此时凹陷之肋骨多能复起。起罐后仔细触摸肋骨，以检查复位情况，必要时重复治疗，直至骨折对位满意为止。然后擦去绿药膏，外敷伤科消肿膏，覆以硬纸壳，用弹力胸围固定约 4 周,其间每 5～7 日更换外敷药膏,同时按辩证内服中药，鼓励患者下地自由活动。主治肋骨凹陷骨折。

熏洗法

●牛膝、苏木、独活、牙皂、白芥子、麻黄、威灵仙、海桐皮各 20 克。关节冷痛者加细辛 10 克，桂枝 20 克。将上药纳于锅内或盆内，放水 1500 毫升，加食盐 10 克，煮沸 10 分钟后加食醋 15 毫升。将患处置于锅上方熏热，同时在局部施以按摩手法。待药水温热不烫伤皮肤时，将患处置于药液中浸泡，再施以推拿松筋手法，逐步屈伸关节。每剂药连续洗 3 天，每日 2 次，每次 20 分钟。一般通过 10～20 天治疗，基本上能恢复关节的正常功能活动范围。主治骨折后并发关节僵硬症。

●桂枝 10 克，荆芥、防风、川芎各 6 克，宣木瓜 10 克，伸筋草 15 克，淡附片 4 克，五加皮 12 克，络石藤 10 克，鸡血藤 15 克，桑枝 10 克。以手法整复，后期拆除固定后即用上药煎汤熏洗。主治尺挠骨闭合性骨折。

●苏木、血竭、乳香、没药、红花、鸡血藤、伸筋草各 30 克，川乌 5 克。上药加水 3000 毫升，浸泡 30 分钟，煎沸 15 分钟（不去药渣）。按摩后将患处浸于煎好的汤药中，温度以能忍受为度。用毛巾蘸药水趁热洗敷患处，每次 30 分钟，每剂药可用 3～4 天。7 天为 1 疗程，一般 1～4 疗程。主治陈旧性关节损伤。

●伸筋草、三棱、莪术、甲珠、鸡血藤、海藻、昆布各 30 克，透骨草、

威灵仙、黄柏各 20 克，千年健、羌活、桂枝、红花、地龙各 15 克。每剂药加水 10 斤，煮沸 15 分钟，倒入盆内，使温度适宜，每日熏洗 2 次，每次半小时。药液可反复使用。春秋季保持 5 天，冬季 7 天，夏季 2 天。主治肘关节损伤性骨化性肌炎。

●荆芥、防风各 6 克，红花 5 克，钩藤 9 克，川芎 6 克，灵仙、白芷、川椒、当归、艾叶、姜黄各 9 克，细辛 5 克。上药煎水加酒熏洗，每日 3～4 次。主治骨折。

●宽筋藤、钩藤、金银花藤、王不留行各 30 克，刘寄奴、防风，大黄各 15 克，荆芥 10 克。上药煎水熏洗。主治骨折。

●伸筋草、透骨草各 10 克，红花、三棱各 6 克，刘寄奴、川芎、络石藤、丝瓜络、海桐皮、香樟木各 10 克。上肢加桂枝、桑枝；下肢加川牛膝、木瓜、前根。将药置于锅内加水 4000～5000 毫升煎沸 5 分钟后，兑入白酒及食醋各 50 克，即可熏蒸。为聚热保温，可在伤处周围用干毛巾遮盖。待水温适宜，可将患肢放入药液中泡洗，或用毛巾蘸药水洗敷，直至水冷为止。结束后立即用于布擦于患处保暖。每剂药可用 2 天。每天 2 次，每次 1 小时。主治骨折脱位、伤筋后期，关节僵硬。

●威灵仙 15 克，穿山甲、王不留行、昆布、皂角刺、乌梅、白芥子、生南星、地龙、生半夏各 10 克。制用法同上。主治肢体损伤后期，关节僵直，骨膜增生，骨化性肌炎等症。

●伸筋草 15 克，透骨草 15 克，荆芥 9 克，防风 9 克，千年健 12 克，刘寄奴 9 克，红花 9 克，桂枝 12 克，苏木 9 克，威灵仙 9 克，川芎 9 克。上药水煎熏洗，每日 2～3 次，每剂药可洗 5～6 次。主治上肢关节骨折并发关节僵硬。

痔疮

痔疮包括内痔、外痔及混合痔，是一种常见病、多发病，是指直肠未端粘膜下和肛管皮下的静脉丛发生扩大曲张所形成柔软的静脉团。症状为便血、脱垂、肿痛，大便习惯改变，局部分泌物增多，甚则流脓流水。

治疗

西药

●偶尔有少量出血的轻度内痔，主要是矫正便秘，养成每日排便的习惯，如有便秘可用轻缓泻药，使大便变软排出，可选用的药物有液体石蜡、双醋酚酊、果导片、一轻松通便片、酚酞等。为防止痔脱出后继发感染，可将具有消炎止痛的油膏或栓剂，如四环素软膏、金霉素软膏、5%苯佐卡因软膏等，注入肛管内。必要时可口服抗生素，如四环素、土霉素、强力霉素、复方新诺明等。如痔已嵌顿，轻者可用手轻轻将脱出的痔块推回肛门，并俯卧休息，防止痔块再脱出；若痔块脱出水肿明显、不易手法复位，则必须去医院痔科或外科治疗。

中成药

●痔出血可选用槐角丸或脏连丸；大便秘结者可用麻仁丸；痔块脱出者可用补中益气丸。

验方

●黄芪 20 克，升麻 10 克，辣椒梗 60 克，怀山药 15 克。1 日 1 剂，水煎分 2 次口服。7 天为 1 疗程。主治内痔。

●木耳（干品）30 克，用开水泡软，早晨空腹吃，轻的 500 克治好，重的 1000 克治好。主治痔疮。

●生地、熟地、当归、党参、白术、苍术、陈皮、厚朴、防风、泽泻、地榆、乌梅各 9 克，黄芩 6 克，黄柏 12 克，黄连、甘草各 3 克。日 1 剂，水煎 2 次分服。主治痔疮。

●蚯蚓 50 条，百草霜 15 克，鸡蛋 7 个，棉子油 200 毫升。将蚯蚓放入水盆内吐净泥，切碎，用鸡蛋调匀，然后将棉子油放入热锅内，出烟后拌炒蚯蚓，同时加入百草霜，直至炒熟。空腹时一次吃下。主治痔疮。

●全蝎 6 克，僵蚕 6 克，鲜鸡蛋 15 个。将两味药研为细末，分成 15 份。每早取一份，装入鸡蛋内，搅匀后用面粉将鸡蛋上的小孔糊上，放入锅内煮熟。去壳，将鸡壳同药粉一起服下，每天一个，15 天为一疗程。主治痔疮。

●蜂房 1 个，刺猬皮 1 个，蛇皮 2 条，猪悬蹄甲 4 个，苦参 30 克，黄柏 30 克。上药各烤干，共研细末，醋糊为丸如豆粒大备用。每次 15～20 丸，每日二次，槐角水送下。主治痔疮。

●茄子适量。茄子切片，烧炭存性，研细末，每服 10 克，每日 3 次，连服 10 天。清热止血。主治内痔。

●鲫鱼 1 条，韭菜适量，酱油、盐少许。将鱼开膛去杂物留鳞，鱼腹内洗净纳入韭菜装满，放入盖碗内，加酱油、盐，盖上盖，蒸半小时即成。食鱼肉喝汤，每日 1 剂。凉血利肠。主治内外痔。

●黑木耳 30 克。将木耳摘去污物，洗净，加水少许，文火煮成羹，食服，每日 1 剂。补血润肠，止血消痔。主治内外痔。

●瘦诸肉 10 克，愧花 50 克。加水共煎汤，食肉喝汤，每日 1 剂。凉血润肠，止血清热。主治痔疮便血。

●红糖，金针菜各 120 克。将金针菜用水 2 碗煎至 1 碗，加入红糖，温服，每日 1 剂。活血清热消肿。主治痔疮初起。

●麒麟菜、白糖各 30 克。共煎水，口服，每服 1 剂，每日 2 次。清热泻火，凉血消肿。主治外痔肿痛。

●羊血 250 克，米醋 300 克，盐少许，羊血凝固后用开水烫一下，切成小方块，加米醋煮熟，放少量细盐。只吃羊血，不饮醋汤。散瘀止血。主治内痔出血。

敷贴法

●苎麻根、鲜根皮适量。将上药洗净捣烂，外敷于患处，每日换 2 次。主治痔疮肿痛、脱肛不收。

●田螺 3 个，地龙 20 克，芙蓉叶 12 克，石富蒲 3 克，将药物研细末，调拌蜂蜜或鸡蛋清，外敷贴患处。1 日 1 次，3 天为 1 疗程。主治外痔。

●老丝瓜 1 根（约 250 克），石灰、雄黄各 15 克。将老丝瓜燃烧成灰，长年石灰、雄黄研为细末，加诸胆汁、鸡蛋清及香油各适量，调敷患处，每日 2 次。主治痔漏脱肛。

●蜈蚣 4 条，五倍子末 9 克。用适量香油煮 1～2 沸，将蜈蚣侵入，再入五倍子，装入瓶内密封，如遇痛不可忍，取药外敷。主治外痔。

●龙脑片 3 克，芒硝 30 克，白矾 10 克。以鲜开水 1000 毫升熔化，乘热以药棉适量蘸敷，每次 20～30 分钟。主治外痔。

●云南白药适量。取云南白药适量与 75%酒精调成糊状外敷肛门血栓外痔上，每天换 1 次。主治血栓外痔。同时可配服云南白药，每次 0.4 克，1 日 3 次。

●血蝎 30 克。上药研为细末，用自己的唾液调匀频频涂敷患处，主治痔屡疼痛。

●当归、生地榆、大黄、黄柏各 30 克，朴硝 60 克。将前四味药加水 2000 毫升，煎沸稍停，去渣。取药液，加入朴硝、置于盆内，坐浴熏洗。每晚 1 次，严重者每日 2～3 次。主治血栓性外痔。

●鱼腥草 60 克，马齿觅 30 克，败酱草 30 克，明矾 10 克。上药加水 2000 毫升，煮沸后滤去药渣。待药水凉温熏洗患处，先熏后洗。每日两次。每次约 20 分钟。一般使用 3—4 天后，血肿即可消散。主治血栓性外痔。

●川芎 15 克，当归 30 克，黄连 12 克，槐花 30 克。水 1000 毫升煎汤洗肛门。主治痔疮。

●马兜铃藤 30 克，谷精草 60 克，三棱 30 克，乌头 15 克。水 1500 毫升，煎洗患处。主治痔疮。

●大黄 30 克。用水 2000 毫升，煎 2～5 分钟，坐浴 30 分钟。每日 4～6 次。3 天为 1 疗程。主治痔疮。

●紫黄花、地丁各 15 克，川椒 12 克，瓦上松 15 克，陈艾叶 30 克，地骨皮 15 克，生草梢 15 克，石榴皮 9 克。将上药放入砂锅中，加水 4000 毫升，煎至 2000 毫升，倒入瓷盆内。先熏（嘱患者蹲下，多作深呼吸运动，使肛门括约肌放松），待药液不烫时，再洗肛门部。每日早晚 1 次。每剂可熏洗 2 天。2 剂（4 天）为 1 疗程，主治痔疮。

●积壳 60 克、癞蛤蟆草 60 克。河水 3 瓢，同上 2 味煎数滚，先熏后洗，良久汤凉再热熏洗，甚者 3 次即消。主治痔疮。

●鱼腥草、苦楝根、朴硝、马齿苋、瓦楞花各 30 克。水 10 碗，煎 8 碗，

先熏后洗，诸痔肿痛可消。主治痔疮。

●瓦松、马齿苋、生甘草各 15 克，川文蛤、川椒、苍术、防风、葱白、枳壳、侧柏叶各 9 克，焰硝 30 克。水 5 碗，煎 3 碗。先熏后洗，日用 3 次。主治痔疮。

熏洗法

●荆芥、莲房、桑寄生、朴硝各 30 克，鳖甲 24 克，五倍子 9 克。用水 5000 毫升煎至 3000 毫升，先熏后洗，温度适宜后洗肛门。1 日 2 次，每次 20 分钟，2 天 1 疗程。主治内痔出血。

●无花果树叶适量。煎汤。用其汤液，趁热熏患处。待汤冷皮肤可耐受时再浸洗患处，每日 1 至 2 次，连续 1 周即愈。主治痔疮。

●白芷、川椒、甘草各 12 克，五倍子、槐蘑各 30 克，木瓜 18 克，生白矾 9 克，马齿苋 60 克。水煎，先熏后洗肛门。主治痔疮初起肿痛或津水流血。

坐药法

●五倍子、黄柏各 50 克，三分三浸膏 30 克，冰片 2 克，液体石蜡 20 毫升，凡士林油 1800 克，将上药制成栓剂，直接纳于肛门内，1 日 2 次，每次 30 分钟，5 天 1 疗程。主治痔疮。

插药法

●地龙 20 克，蜣螂 6 个，荆芥穗 30 克，黄蜡 30 克。将上药捣烂研成细末，溶入黄蜡成型，插入肛门中上下滑动。1 日数次，病愈为止。主治内痔。

坐浴法

●生杉树根 500 克。上药加水 3000 毫升，煎至 2000 毫升，中药水倒入盆内，待水温降至 40℃左右时坐浴。l 日 2～3 次，每次 10 分钟。主治外痔、混合痔。

●十大功劳、虎杖各 30 克，大黄、朴硝备 20 克。上药煎之去渣，加入朴硝，置于盆内。用此药液坐浴熏洗，每日 1～2 次病重者每日 2～4 次，主治外痔。适用于便时用力过猛，致使痔静脉破裂，在肛门两侧皮下出现黯紫色圆形硬结节，触痛较明显。

●案板草鲜品 2000 克（干品 500 克）。加水煎沸 10 分钟后备用。待温时，坐俗 30 分钟，浴后将药渣外擦患处 30 分钟，每天 3 次，每次 1 剂，4 天为 1 疗程。主治外痔。

气功疗法

●提肛：每天早晚学练小周天功法，每次 15 分钟左右，结合吸气时提肛，呼气时松肛，次数不限，自然呼吸，意守肛门。

●颠肛：睡前醒后，可在床上练习，姿势取侧卧位。全身放松入静，意守肛门。双足微屈，大腿与小腿约成 45℃角。手掌及指紧靠臀部上侧，离肛门寸许。手指贴肉，轻轻上下拍打颤动,由慢到快，逐步增加到每分钟 30 次。约 15 分钟后，翻身换手，继续进行。此外，每天便后或睡前，应用纱布蘸温开水洗净肛门。坐垫应松软，以减少臀部的压迫。在瘘管发炎时，则暂停颠肛。

辅助疗法

●搓尾骨：用两手食指和中指搓尾骨部两侧各 36 次。此法可以改善肛门的活动功能。

●擦丹田：将两手搓热，先用左手手掌沿大肠蠕动方向绕脐作圆圈运动，即由右下腹至右上腹、左上腹、左下腹而返回至右下腹。如此周而复始做 100

次。再将两手搓热，用上法以右手擦丹田（脐下 3 寸）100 次。

●和带脉：自然盘坐，两手左胸前相握，上身旋转，自左而右转 16 次，再自右而左转 16 次。后仰时吸气，前俯时呼气。

注意事项

久坐久站体位的人，要适当改变体位，积极锻炼身体。饮食要节制，多食蔬菜、水果，少吃刺激性食物。保持大便通畅，养成定时排便的习惯，不宜在排便时看书、读报或过分用力。便后用温水清洗肛门，除能使肛门清洁外，并可改善局部血液循环，患病时或手术后还可坐浴，以使肿胀消退，痛苦减轻，促进疮口愈合。如大便干燥，可使用缓泻剂，但应避免过多使用泻下剂。

儿科疾病

小儿厌食症

小儿厌食症是指小儿较长时间食欲不振，见食不贪，无主动进食的愿望，厌恶进食，甚至拒食的一种病症。发病原因多为过食肥甘腻生冷的食品，或饮食无规律，或夏季暑湿季节及结核病，询偻病，胃肠炎，缺血性贫血等消化液分泌减少，胃肠蠕动功能紊乱致消化功能降低等，都可导致厌食。症状为长期厌食，不欲食或拒食，面色无华，精神疲惫，倦怠少言等。

治疗

验方

●炒白术 5 克，炒扁豆 5 克，砂仁 5 克，佩兰 5 克，焦山楂 10 克，谷芽 10 克，鸡内金 5 克，甘草 3 克。水煎服，日一剂，分三次服用。主治小儿厌食症。

●焦白术 12 克，获等 12 克，神曲 9 克，麦芽 9 克，木香 3 克，炒扁豆 12 克，山楂 9 克，鸡内金 9 克，大腹皮 9 克，积壳 5 克，陈皮 5 克，砂仁 3 克，胡黄连 3 克，钩藤 9 克。共研细末，每日三次口服，每次 3 克。主治小儿厌食症。

●建曲 12 克，千年健 12 克，焦白术 10 克，砂仁、茴香各 6 克，丁香 1.5 克。每日 1 剂，水煎服。主治小儿厌食。

●生谷芽 15 克，生稻芽 15 克，荷叶 6 克，香橼皮 6 克，佛手 6 克，白芍 16 克，甘草 3 克，使君子 15 克，冬瓜子 12 克。每日 1 剂，水煎服。主治小儿厌食。

●山楂片 20 克，大枣 10 枚，鸡内金之个，白糖少许。山楂片及大枣烤焦呈黄黑色，加内金、白糖煮水，频频温服，每日 2～3 次，连服 2 天。主治小儿不思饮食，大便干燥或稀清不消化。

●白萝卜，葱白备适量。消食、导滞、下气。将上 2 味洗净切小块，捣烂取汁，多量饮用。主治小儿厌食。

●西瓜、著前各适量。西瓜取瓤去籽，番茄用沸水冲烫剥皮，各用洁净纱布挤取汁，代饮料随量饮用。主治湿热内生而致厌食。

●山楂 30～40 克，大米 50～100 克，沙糖 10 克。将山檀入砂锅煎取浓汁去渣，然后入大米、砂糖煮粥，可作为上下午点心食用，不宜空腹食，以 7～10 天为 1 疗程。主治脾胃失调所致厌食。

●山药 250 克，生姜 250 克，蜂蜜 300 克，党参 250 克。将生姜捣碎取汁，党参、山药研末，同蜂蜜一起搅匀，慢慢煎煮成膏，每次 1 匙，每天 3 次，热粥送服，连服数天。主治脾胃虚弱型厌食症。

敷脐法

●炒麦芽 10 克，焦山楂 10 克，炒神曲 10 克，炒内金 5 克，炒莱菔子 6 克。共研细面，加白面和水调成糊状，睡前敷患儿脐上，外用纱布固定，次晨取下，日一次，5 天为一疗程。主治小儿厌食症。

●焦三仙 10 克，炒莱菔子 6 克，炒鸡内金 5 克。把以上诸药共研细末。加入 1～3 克淀粉，用白开水调成稠糊状。临症，睡前敷小儿肚脐部，再用绷带固定，次日早晨，取下，每日 1 次，5 于为 1 疗程。乳食停滞加陈皮 6 克，酒大黄 5 克；脾湿困中加白扁豆 10 克，苡米 10 克；先天不足加入参 3 克，于姜 5 克，炙甘草 6 克；脾胃虚加党参 10 克，山药 10 克，白木 6 克；恶心呕吐加半夏 6 克，藿香 6 克，枳壳 6 克；大便稀加苍术 10 克，河子 6 克。主

治小儿厌食症。

贴脐法

●生杏仁、桅子、小红枣（男用 8 粒，女用 7 粒）、黍米适量。先把生杏仁去皮，将黍米和红枣放入碗中，加适量水，上锅蒸 20 分钟，取出，待凉后，将枣核去掉，再加入杏仁，和桅子粉共捣如泥状，平摊在一布上，贴于脐部，用胶布固定，24 小时后去掉，以腹部出现青色为度，连贴 2 次。主治小儿因乳积、食积而厌食者。

●三仙、大黄、大白、白蔻、良姜、陈皮各等份。共研细末，过筛，用凡士林调配膏状。临症，每次取 3 克药膏，摊在一方块布中央，对准脐中穴贴之，每次贴 8～12 个小时，每天 1 次，10 次为 1 疗程，最长用 2 个疗程即痊愈。主治小儿厌食。

填脐法

●良姜 10 克，槟榔 20 克。把良姜和槟榔共研细末，过筛。临症每次取 6 克，纳于小儿脐中，上盖以纱布，再以敷料固定，2 天换 1 次药。主治小儿厌食症。

●白术、砂仁、枳实各等份。三药共研细末后，用时每次取 4～6 克，用茶水调成丸，填于肚脐窝，外用万应膏贴封，每日寅时用药，连用 3 天，一般 1 次见效，必要时连用 2 次。主治小儿厌食症。见小儿皮肤起泡者停药。

●白术，陈皮各 6 克、生山楂 9 克。将上药共研细末，临用时每取 7 克，填于患儿脐眼内，外用胶布固定。每日换 1 次药，连用 3 天。主治小儿厌食症。

兜肚法

●砂仁、黄芪、黄精各 10 克，二丑、鸡内金、青黛、苍术、皮硝各 6 克，元寸 0.15 克。除元寸外，诸药共研细末，加入元寸再研，然后装入一做成兜肚状的袋中，固定于小儿脐部，10～15 天换 1 次药。主治小儿脾虚不运而厌食者。

水痘

水痘是由于感染水痘病毒而引起的急性传染病。多发于 10 岁以下儿童。有发热等轻度全身症状，皮肤粘膜分批出现斑疹，红疹，水疱和痂疹，并有痒感。

治疗

验方

●赤小豆、绿豆、黑豆各 25 克，甘草 15 克。将三种豆共煮熟，晒干，与甘草同研细末，开水冲服。1 岁每服 3 克，2 岁服 6 克，3 岁 9 克，每日 3 次，连服 3 天。清热、解毒、凉血。主治水痘。

●百台 10 克，杏仁 6 克，赤小豆 60 克。将以上三味洗净后一同入水中熬成糊状，不拘时食之。清热、解毒、利湿。主治水痘。

●绿豆 10 克，粳米 100 克。绿豆先以温水浸泡 2 小时，粳米加水后和绿豆同煮，豆烂米花汤稠时即可，每日可服 2～3 次。主治水痘。

●黄豆适量。黄豆烧研末，香油调外涂。主治水痘后生疮。

●鲜孽荠 10 个去皮切片，酒酿 100 克。同入锅中，加水煮熟可食用。主治水痘。

●紫草根 5 克，白糖适量。用清水 2 碗放入紫草根浸泡 2 小时，然后用砂锅煎至 1 碗，服饮时加白糖调味。主治水痘。

●连翘 10 克，蝉蜕、甘草各 5 克。每日 1 剂，水煎服，连服 10 天。主治水痘。

●黄苹 10 克，车前子 5 克。每日 1 剂，水煎服，连服 10 天。主治水痘。

●银花、连翘、牛蒡子、荆芥、甘草、紫草各 5 克。每日 1 剂，水煎服，连服 10 天。主治水痘。

●紫草 10 克。水煎去渣，加白糖适量，分 2～3 次服。每日 1 剂，连服 5～6 天。主治水痘。

敷脐法

●黑桅子 15 克，柏树，桑寄生鲜叶各 30 克。共捣成细泥状，敷于脐部，外用胶布固定，每日换药 1 次，3～5 天为 1 疗程。主治小儿出痘吐血，衄血者。

●生萝卜 1 个，燕窝泥 15 克，铅粉 3 克，鸡蛋 1 个。把药共捣烂，拌匀，再加入鸡蛋清，调匀成糊状，敷于脐部，外用胶布固定，每天 1 次，4～5 天为 1 疗程，热退停药。主治小儿水痘，高热不退。

●生绿豆 9 克，鸡蛋 1 个。把绿豆研成面，加入蛋清，调成糊状，敷脐，每天 1 次，热尽去药。主治小儿水痘，疹退热未尽者。

填脐法

●清茶适量。把茶叶放入口中嚼碎，填于患儿脐眼，外用胶布固封，每天换 1 次药。主治小儿水痘，小便不通者。

小儿阴茎水肿

小儿阴茎水肿即小儿阴茎包皮水肿。多由于不注意卫生，受蚁虫、蚊虫叮咬，或感受风湿所致。症状为阴茎包皮水肿，光亮透明，自觉胀痛不适，甚或小便不通。

治疗

验方

●鲜马齿克 90～150 克，柑橘皮（或橙皮、抽皮）6 克，大米 50 克。煮粥服。清热解毒。用于阴茎水肿。

●蝉衣 15 克。煎汤熏洗，l 日 3 次。祛风消肿，止痒。主治包皮水肿。

●若参 30 克。蛇床子 20 克，黄柏 15 克，荆芥、生苍术各 12 克。水煎 2 次，取汁混合，待温度适宜后洗患处。每日 1 剂，已洗 3～4 次，每次约 20 分钟。药液凉后可反复加热至沸。对局部渗液或脓性分泌物较多者，洗后再以前液浸湿消毒纱布裹包患处 1 小时左右。清热燥湿。主治过敏性龟头包皮炎。

●落得打 30 克。煎汤熏洗患部，每日 1～2 次，l 剂药用 1 天，第 2 次熏洗时只需将原药液加温即可。活血散瘀。主治阴茎硬结症。

●鲜马鞭草捣汁外涂患处，或用甘草水煎熏洗，一日数次。主治阴茎水肿。

●山桅子 30 克。打碎，浸在普通白酒 30～60 毫升中。30 分钟后，即可甲消毒过的毛巾或用棉签蘸药酒，反复涂抹患处。一般一到三天可消肿。主治阴茎水肿。

●蛇床子 9 克，雄黄 4.5 克，枯矾 4.5 克。将上药水煎熏洗患处。主治阴茎水肿。

注意事项

儿童最好不穿开裆裤，教育儿童不要用脏手触摸生殖器，勤换内裤，保护生殖器的清洁卫生。

小儿二便不通

小儿二便不通是指大、小便不通或虽通但排便困难，既二便不利，小便不利是指小便时排尿困难或短赤，甚或小便闭塞，点滴不通；大便不利是指有便意，但排便困难，或大便秘结，排便时间延长。

治疗

敷脐法

●田螺 3 个，朴硝 9 克，大白 3 克，鲜车前草 30 克，生葱白 8 寸，冰片少许。把田螺去壳取肉，再入余药共捣为泥，敷干小儿脐部。每日 1 次，3 次为 1 疗程。主治小儿小便不通。

●淡豆鼓 30 克，田螺 19 克，葱白 10 根。先将田螺去壳取肉，入余药共捣如泥状，敷于脐部。主治新生儿小便不通。

●葱白、豆鼓、生姜各适量，盐少许。诸药共捣烂如泥，敷于小儿脐中穴。每日 1 次，至愈。主治小儿初生大便不通。

贴脐法

●离苣菜 60 克，把上药捣成泥，敷脐，外用纱布包扎，固定，每日 2 次。主治新生儿小便不通。

填脐法

●枳实、厚朴、芒硝，生大黄各 N 克。共研成细末，临症，每次取 0.2 克药粉，纳入小儿脐中，外用棉球盖之，再用绷带固定，早贴晚去。每日 1 次，连用 3～5 天，主治小儿便秘。

熨脐法

●葱白 7 根，生姜 1 块，淡豆鼓 90 克，食盐 30 克。将以上诸物共捣烂，作成饼，偎热，熨小儿脐部，每日 2 次，约 20 分钟。主治新生儿大小便不通。

●鲜葱白、大田螺肉、食盐各适量，橘叶适量。共捣烂，敷于小儿脐上，再用热水袋熨之约 10 分钟，30 分钟后，即可见效。主治小儿小便不通。

●大黄 10 克。先把大黄研成粉，再用适量的酒调成糊状，敷于脐部，用纱布盖之，并固定，再用热水袋热敷 10 分钟，每日 1 次。主治用于小儿乳食积滞之便秘。

●鲜薄荷叶 6 克，鲜雷公藤根（全草）15 克，鲜芸草叶 9～15 克，食盐少许。先将前 3 味药洗净，控水，共捣如泥，加入少许精盐调均匀，放入锅中炒热，熨于小儿脐部，每日行 1～2 次，连用 5～7 日。主治小儿小便不通，腹胀。

●葱头 2 个，酒槽 1 把。共捶烂炒热后，熨于小儿腹脐部，每次 10 分钟，每日 1 次。主治小儿便秘。小儿皮肤娇嫩，掌握好温度，勿烫伤小儿皮肤。

●鲜车前草 30 克，活田螺 10 个，鲜葱 3 株。先把田螺去壳取肉，再入车前草、葱共捣烂如泥，烤热，熨于小儿脐部，每日 2 次，连行数日。主治小儿身热，小便不利，腹胀。

小儿夜啼

小儿夜啼，俗称“夜哭”。主要见于初生婴儿。指婴儿白日嬉笑如常，入夜则啼哭不安，或每夜定时啼哭，甚则通宵达旦啼哭不。其原因多为脾虚，伤食，心热或惊恐等。症状白日如常，入夜则啼哭不安或每夜定时啼哭，甚则彻夜不止。

治疗

验方

●蝉蜕 5 克，茯神 10 克。水煎服，每日 1 剂。清肝疏风，宁心安神。主治小儿夜啼。

●地龙 5～7 条。剖腹洗净加冰糖适量炖服，1 日 1 剂。清热熄风定惊。主治小儿夜啼。

●砂仁 6 克，生姜 6 克，灶心土 20 克。水煎服。温中健脾和胃。主治小儿夜啼。

●莲米（去皮的）20 克，百合 20 克。共炖成糊状，白砂糖拌食，每日 1～2 次。健脾养阴，清热除烦。主治小儿夜啼。

●桂心末 3 克，粳米 30 克。将粳米煮粥，待半熟时加入桂心未，以红糖拌食，每天 1～2 次。温中散寒补中。主治小儿夜啼。

●酸枣仁 10～20 克，糖 6 克。水煎服。或将酸枣仁研末，每次 1.5～3 克，睡前服。宁心养血安神。主治小儿夜啼。

●浮小麦 15～30 克。水煎，代茶饮。宁心安神。主治小儿夜啼。

●灯芯草 1 克，竹叶 6 克。水煎服，日 1 剂。清心除烦。主治小儿夜啼。

●山药 10 克，茯苓 10 克。煎汤加糖调服，连服半月。健脾和中。主治小儿夜啼。

敷脐法

●朱砂 3 克，黑丑 50 克，珍珠粉 2 克。三味药共研细末以备用。临症，取药粉 1 克于患儿睡前外敷脐上，用纱布固定。主治小儿夜中惊恐啼哭。

●陈茶叶适量。将陈茶叶放入患儿母亲口中嚼烂，在患儿临睡前敷其脐，外以绷带包扎。主治小儿夜啼。

●朱砂适量。把朱砂研成极细末，用时，用水调湿朱砂，在小儿临睡前，用少许敷于小儿神阙穴及劳宫、风池等。每晚 1 次。主治小儿夜啼。

●活地龙 3 条。把地龙洗净，捣烂如泥状，在患儿临睡时敷于其脐中穴，外用纱布固定，一夜即安。主治小儿夜啼。

●五倍子 30 克。五倍子烧成黑炭后，研成细末。用母口津或患儿口津调和成糊，在患儿睡前敷脐，用胶布固定。主治小儿夜啼。

●陈茶叶（愈陈愈佳）适量。口中嚼烂，捏成小饼，敷小儿脐上，外用棉花盖上扎好，十多分钟后可望停止。主治小儿夜啼。

●朱砂 0.5 克，五倍子 1.5 克，陈细茶适量。前 2 味研末，陈细茶嚼烂与之混合，加水少许捏成小饼，敷于脐中，包扎固定，每晚换药 1 次。主治小儿夜啼。

贴脐法

●公丁香 3 克。把公丁香研成细末，用适量米饭加入调和，制成一小圆饼，睡时贴在患儿脐中穴。每日 1 次，一般 5 天可愈。主治小儿夜啼。

●吴茱萸 20 克。把吴茱萸研成细末，用米醋调和成糊，摊在伤湿止痛膏

上，对准脐贴之，亦贴两足心。主治脏热心烦之夜啼。

●防风、天麻、羌活、黄连、甘草、薄荷、胆南星、全虫、僵蚕各 9 克，犀角片、朱砂各 3 克，牛黄 1.5 克，冰片、元寸少许。把前十味药用麻油熬膏后，黄丹收，再入后 4 味药搅匀，临症取适量，在睡前贴脐及胸部，主治小儿夜啼。

填脐法

●朱砂 0.5 克，五倍子 1.5 克。把朱砂、五倍子共研细末，再取陈细茶 1 克嚼烂，混合后外敷脐中穴，再用胶布固定。每晚 1 次，至愈。主治小儿夜啼。

●牵牛子 7 粒。把牵牛子捣碎，研细，用温开水调成糊状，在患儿睡前敷于肚脐上，外用纱布固定。每日 1 次。主治小儿夜啼。

●白玉屑 6 克，寒水石 15 克。二药共研为细末，用水调成糊状，外敷神阙穴，每日临睡前敷。主治小儿夜啼。

●鸡粪适量。用鸡粪适量，纳满小儿脐窝，每日 1 次。主治小儿夜啼。男孩用公鸡粪，女孩用母鸡粪最佳。

●韭菜子 30 克。把韭菜子烘干，研成极细末，用水调成膏，纳入脐中。外用纱布固定。12～24 小时换 1 次药，连续用药 3～4 天。主治小儿脾虚寒湿之夜啼者。

熨脐法

●乌药、香附、小茴香、陈皮、紫苏、食盐各 30 克。把以上诸药共炒热，用布包裹好，熨患儿脐部，凉后炒热再熨。约 30 分钟。每日 1 次。主治小儿寒脾夜啼。

●艾叶、干姜各 20 克。将两药烘干，用酒调成膏，炒热后，目纱布包裹，以肚脐为中心从上而下在腹部熨之，反复多次，冷亏用热水袋放药上热敷。每次 30 分钟，每日 1 次。主治小儿夜啼属寒者。

●鸡蛋 1 个，油虫沙 1.5 克，葱白适量。将鸡蛋煮熟，连壳纵切，掏去蛋黄，将油虫沙、葱白共捣烂如泥，纳入蛋黄窝内，乘热覆盖小儿肚脐，外用布带固定，次晨去掉。主治小儿夜啼。

小儿肺炎

小儿肺炎多在感冒、麻疹等病治疗不及时或处置不当时发生。多由体内窒有痰热，食火偏盛，感受外邪，风寒或风侵袭所致。症状为咳嗽，高热不退，呼吸急促，口鼻周围发青，喘憋鼻煽等症。

治疗

验方

●生姜 5 克，连须葱白 2 根，糯米适量。将生姜捣烂，连须葱白切碎，与糯米一起煮粥，熟时加入米醋，趁热服之。主治风寒闭肺型肺炎喘嗽。症见发热无汗，呛咳气急，不渴，痰白而稀，舌苔薄白或白腻，舌质不红，指纹青，多在风关，脉象沉紧。

●生姜 5 克，白米适量。煮粥食用。主治风寒闭肺型肺炎喘嗽。

●炙麻黄 3 克，杏仁 3 克，生石膏 10 克，苏子 3 克，莱菔子 5 克，川贝 3 克，甘草 3 克。水煎，日一剂，分 3 次口服。

●麻黄 3 克，杏仁 6 克，石膏 15 克，葶苈子 6 克，鱼腥草 15 克，蒲公英 10 克。水煎，每日 1 剂，分 3～4 次服。主治小儿肺炎（热闭型）。

●生石膏，滑石各 30 克，大黄 15 克，甘草 9 克，朱砂 3 克。上药共研细面。1 岁每服 1.5 克，每增 1 岁加 0.6 克，1 日 3 次，开水冲服。主治小儿肺炎。

●银花连叶 6 克，连翘 4.5 克，牛蒡子 4.5 克，竹叶 4.5 克，僵蚕 4.5 克，桔梗 3 克，荆芥 3 克，粉葛根 3 克，豆鼓 9 克，鲜芦根 12 克，升麻 2.4 克，葱白 6 厘米（后下）。每日 1 剂，水煎服，注意避风。主治小儿麻疹合并肺炎。

●银花 30 克，蜂蜜 30 克，银花 30 克。加水 500 毫升，煎汁去渣，冷却后加蜂蜜，调匀即可。主治风温之邪犯肺之肺炎早期。

●鲜芦根、雪梨、荸荠、鲜藕各 500 克，鲜寸冬 100 克。清热润肺，除烦安神。将雪梨、荸荠去皮，和鲜藕、鲜寸冬、鲜芦根一起榨汁即可。主治小儿肺炎（恢复期）。

●鲜藕 200 克，鲜茅根 150 克。将鲜茅根切碎，鲜藕切片，煮汁常饮，1 日 4～5 次。主治小儿肺炎，痰中带血特效。忌食辣椒、姜、葱、温热之品。

●青橄榄 30～60 克，白萝卜 100 克，糯米 50～100 克。将橄榄用水洗净去核，再将萝卜洗净切成片状，与糯米一同入水熬粥，粥成后候凉食之。清热降火，止咳化痰。主治适用于小儿肺炎，发热、咳嗽、痰黄稠粘。

●生姜自然汁 1 杯，鲜竹沥 2 杯，粳米 50 克。先用水如常法煮粳米熬粥，俟粥成之后对入生姜与竹沥汁，和匀后略煮片刻，不拘时食之。清热、豁痰、降火。主治可作为小儿肺炎早期的辅助治疗。

●鸭梨 3 个，大米 50 克。将鸭梨洗净，加水煎煮半小时，捞去梨渣不用，再加入米粥，趁热食用。主治小儿肺炎咳嗽痰喘。

敷贴法

●白芥子 30 克（炒），面粉 30 克。将白芥子研细末，加入面粉，用水调糊状，以稀纱布包好，敷于背部第 3～4 胸椎处，每天 1 次，1 次 15 分钟。（敷后检查两次）连敷 3 天。主治小儿肺炎后期，痰多不净者。敷后要检查两次，如见皮肤发红，即可将药去掉。

●葱白 6 克，艾叶 6 克。共捣烂敷脐。主治小儿肺炎发热。退热作用较

好。

●吊扬尘 60 克，葱白 7 根，生姜 7 片，甜酒曲 2 粒。将上药研捣和匀，加热酒调敷胸部膻中、鸠尾穴处。主治小儿肺炎高热喘促。

●大蒜。捣泥贴足心。主治小儿急性喉炎之呼吸困难。

●大黄、黄芩、黄柏、栀子、连翘、杏仁、桃仁各等份。研成细末，温水调成糊状敷于胸背部，12 小时取下，日一次。主治小儿肺炎。

●松节油适量。将松节油与水按 1∶8 比搠搅拌均匀，用纱布浸湿，敷于胸背部，上面放一温水袋，至皮肤潮红为止，日一次。主治小儿支气管肺炎。

雾化吸入法

●桑叶 15 克，杏仁 10 克，知母 15 克，前胡 10 克，白前 10 克，桔梗 6 克，甘草 3 克，金银花 20 克，鱼腥草 20 克。上药水煎后用雾化法，将气雾吸入，1 日 3 次，5～7 天为 1 疗程。主治支气管肺炎。

点滴法

●每 10 毫升含贯众 5 克、醋 1 克。取上液每日滴鼻 3 次，每次 1～2 滴，可连用 10～30 天。主治肺炎轻者或预防肺炎发作。

艾灸法

●肺俞、身柱、定喘、膻中穴。按温针灸法常规施术。先用毫针刺入穴位，得气以后，用 2 寸艾卷插在针柄上，以下面点燃，使热感从针体传到穴位局部，待艾卷燃尽，留针 10 分钟，每日 1 次，10 次为 1 个疗程。主治小儿肺炎。施灸前先行针刺补泻手法，后再施灸。

●肺俞、定喘、大椎、膻中穴，按艾炷隔姜灸法操作施灸，每次取 2 穴，每穴上放置鲜姜片和中艾炷（黄豆粒大），每次每穴施灸 3～5 壮，隔日灸治 1 次，7 次为 1 个疗程，主治小儿肺炎。施灸时若姜片干枯或皱缩应立即更换新鲜姜片。

敷灸法

●胸部（上自胸骨上窝，下至剑突，左右以锁骨中线为界）。按敷灸法操作施术。取天花粉、生黄柏、生乳香、生没药、樟脑、大黄、生天南星、香白芷各等份。共研为细末。以温食醋调合成膏状，置于纱布上，贴于胸部，每 12～24 小时更换 1 次，1 周为 1 个疗程。主治小儿支气管肺炎。本方能清热泻火、活血化瘀而达治病的目的。

●背部第 3～4 胸椎处。按敷灸法程序操作施灸。取肉桂 12 克、丁香 18 克、川乌 15 克、草乌 15 克、乳香 15 克、没药 15 克、红花 30 克、川芎 30 克、赤芍 30 克、透骨草 30 克。上药做成 10%油膏敷于背部，每日 2 次，5～7 天为 1 疗程。主治小儿肺炎湿性罗音久不消失的患儿。本方药物有剧毒，切忌口服。

●肺俞、心俞、隔俞（均取双侧俞穴）。按敷灸法操作施灸。取洋金花 30 克、甘遂 10 克、细辛 15 克、白芥子 35 克、麝香少许备用。上药（除麝香外）共研为细末，用生姜水调匀，做成 5 克重圆形饼，每年伏天，先刺穴位，得气后出针，然后在药饼上放麝香 0.01 克，用橡皮膏将药饼固定于穴位上，2 小时左右去掉，连续 3 次为 1 个疗程。主治小儿肺炎迁延不愈。此法一般在夏季三伏天敷灸，每伏 1 次，每年 3 次。

火罐法

●胸背部湿性罗音明显处。选用火罐口径为 2 寸的玻璃罐，用镊子夹纱布沾 95%酒精点燃，闪火法将罐吸附于所选部位，留罐 10 分钟左右。每日 1 次，10

次为 1 疗程。主治小儿肺炎。小儿肺炎变化较快，应及早治疗。对本法效果不明显的患儿，尚须加用抗生素等西药治疗。

●大抒、风门、肺俞穴。先将穴周皮肤涂少许油膏，然后用闪火法将罐扣于穴位上，留罐 10 分钟左右，每日或隔日治疗 1 次，7～10 天为 1 疗程。主治小儿肺炎急性期已过，热退、精神体力较好的较大儿童。凡心脏病，全身浮肿，皮肤过敏，血友病，皮肤易出血者，以及拔罐部位有皮肤病，剧烈痉挛，极度衰弱，皮肤失去弹性者，均不可拔罐。起罐后如局部皮肤颜色紫红，则不可连续再拔，并需防止擦破，可用纱布敷盖保护。如已破，可敷消炎药或涂上 1%龙胆紫药水、红药水，防止感染。

●肺俞、肺热（3、4 胸椎问旁开 5 分）、阿是穴（肺部罗音处）。每次选 1～2 个穴拔罐，留罐 15 分钟，每天 1 次，5 天为 1 疗程。主治小儿肺炎罗音吸收不良。凡高热或有中毒症状、心功能不全者，幼婴（6 个月以下）或 II～III度营养不良未纠正者，不用此法。操作中需防烫伤及避免受凉。仍需应用一种抗生素。合并营养不良及佝偻病者，予以对症治疗。

小儿积滞

小儿积滞是指小儿内伤乳食，停聚不化，气滞不行所形成的一种胃肠疾患。症状为不思乳食或食而不化，腹部胀满，大便不调等症。

治疗

验方

●生姜 25 克，党参 250 克，山药 250 克，蜂蜜 300 克。将生姜捣碎去汁，党参，山药研末，同蜂蜜一起搅匀，慢慢熬成膏，每次 1 汤匙，每天 3 次，热粥送服，连服数天。主治小儿脾胃虚弱，厌食。

●红萝卜、茶叶各适量。水煎食之。主治婴儿单纯性消化不良。

●茶叶 45 克，陈皮 15 克。上药水浸一昼夜，以水 1 碗，煎至半碗，1 岁以下每次服半食匙，1～2 岁服 1 匙，3～4 岁每次 1 匙半，每日 3 次。主治小儿消化不良，腹胀腹泻。

●茶叶 15 克，红糖 20 克。锅洗净，依煎茶叶去渣，加糖，作为饮料。主治饮食积滞，有消食解毒利尿作用。

●茶叶 75 克，秦皮 15 克。上药用水浸泡 1 昼夜，以水 1 碗，煎至半碗，每日 3 次，1 岁以下每次服半食匙，1～2 岁每次服 1 食匙，3～4 岁每次眼 1 食匙半。主治小儿消化不良。

●生姜 5 片，大枣 10 枚。将 2 味煎汤服。主治小儿脾胃虚弱，厌食。

●粳米 15 克，牛奶、生姜适量。将粳米炒黄焦，用水 1 杯煎服，1 日 3 次，并在牛奶中加生姜汁 2～3 滴，每服少量，日服 3 次。主治小儿疳积，伤乳或乳积所致吐奶。

●丁香 2 粒，姜汁 20 毫升，牛奶 250 毫升，白糖适量。前 3 味放铝锅内煮沸，除去丁香，加白糖少许即可。每天服 1 次，连服 10 天。主治小儿疳积，气血双亏，面色萎黄、精神萎靡，消瘦，啼哭无力，毛发干枯，不思乳食，大便稀溏或便秘，时有低热。

●饴糖、蜂蜜、苹果各适量。将饴糖、蜂蜜、煮苹果，常吃。主治小儿疳积，消化不良。

敷贴法

●葱白 7 个，生姜 12 克，胡椒 7 粒，鸡蛋 1 个，酒曲 1 粒。将葱白、生姜洗净切碎，胡椒、酒曲研为细末，与鸡蛋混合搅匀，用油煎成药饼，贴于胃院处，绷带包扎固定，药冷则再煎再贴。主治乳食积滞。

●阿魏 9 克，蜈蚣 1 条，杏仁 7 粒，连须葱白 3 根。上药捣烂如泥贴腹部，包扎固定，每次敷 1 日。主治小儿疳积，消化不良。

●车前子适量，大蒜 2 瓣。车前子炒研，大蒜捣烂，两者混习，贴脐 4 小时。主治小儿疳积，消化不良。

●葱白、生姜各 30 克，鲜疳积草各 15 克，鸭蛋白 1 个。前三味药共捣烂，以鸭蛋白调如糊状，外敷足心 1 夜，隔 3 天 1 次。主治积滞。

●大葱 1 根，生姜 15 克，小茴香粉 9 克。上药共捣烂如膏状，炒至湿热，以不烫伤皮肤为度，用纱布包好覆干脐部，包扎固定，每日换药 1 次。主治小儿消化不良。

摩擦法

●烧酒 250 毫升，大葱 6～7 根，灯芯草 1 根。浸泡后用小火炖热，患儿仰卧，术者左手心放热的葱、灯芯草，在患儿腹部自上而下或圆圈搓摩，冷

后可重新炖热再用，不限时间，以腹胀解除为止，一般 10～20 分钟可解除。如腹壁有充血，12 小时可消散。主治小儿腹胀。

●葱汁、麻油各适量。将葱汁倒入麻油内，搅匀，以手指蘸油，摩擦小儿手、足心及背部头面等处。主治积滞所致发热。

小儿佝偻病

小儿佝偻病是婴幼儿时期常见的一种慢性营养缺乏症。因体内维生素 D 不足引起全身性钙、磷代谢失常和骨骼改变。症状为易惊、睡不安，好哭闹、多汗，厌食，腹大背凸，神态淡漠，肌肉松弛，甚则胸背、四肢骨骼畸型。

治疗

验方

●乌贼骨 10 克，龟板 12 克，茜草根 6 克。上 3 味水煎，加红糖分 2～3 次服，每日 1 剂。益肾活络。主治佝偻病。

●何首乌 500 克，牛膝 500 克。以酒 500 克浸上药 7 日取出，曝干研为细末，枣肉和丸如梧桐子大。每服 30～50 粒，酒送下，1 日 1 次。补肾益脾。主治佝偻病。

●川杜仲 30 克。水、酒各半同煎，1 日 1 剂。主治佝偻病。

●苜蓿 60 克。水煎服，l 日 1 剂。主治佝偻病。

●五加皮 15 克，木爪 15 克，牛膝 9 克。研末，分 3 次泡服，1 日 1 剂。强筋壮骨益肾。主治佝偻病。

●鸡蛋壳、米醋适量。将蛋壳炒黄，研细末，用米醋调服，每次 1.5 克，1 日 3 次。补钙壮骨。主治佝偻病。

●黄芪 9 克，党参 9 克，丁香 1.5 克。制成口服中药糖浆，每剂 15 毫升，每次 5 毫升，每日 3 次。益气温中。主治佝偻病。

●乌贼骨（焙干为粉）、珍珠母粉、白糖等量。共研为细末，混合均匀，每次 0.5 克，1 日 3 次，口服。补钙壮骨。主治佝偻病。

●醋炒鱼骨 50 克，胎盘粉 7 克，炒鸡蛋壳 18 克，白糖 25 克。共研为细末，每次口服 0.5 克，1 日 3 次，宜久服。补肾壮骨。主治佝偻病。

●龟板、骨碎补、潞党参各 9 克。水煎服。补肾益气壮骨。主治佝偻病。

●田螺 250 克。将田螺放清水中，24 小时后换清水炖熟，食盐调味，喝汤，经常煮食。补肾强骨。主治佝偻病。

●鲜牡蛎肉 100 克。经常和面条及调味品一起煮熟，当点心食。补益脾肾。主治佝偻病。

●猪脊骨或腿骨、菠菜各适量。将猪骨砸碎，加水熬成浓汤，加入洗净切成小段的菠菜稍煮即成，饮汤吃菜，最后将骨髓亦吃下。每日 2 次，可连续饮服。主治小儿佝偻病。

敷贴法

●生蟹足骨 15 克（焙干），白敌 15 克。捣碎，用乳汁和匀，贴骨缝上，日贴 1 次。补钙壮骨。主治佝偻病。

●柏子仁、防风、天南星各 120 克。共研细末，每用 3 克，以猪胆汁调匀，摊在绯绢帛上，看囟大小剪贴，1 日 1 换，不得令干，时时以汤润之。祛风化痰壮骨。主治佝偻病。

艾灸法

●肺俞穴。按艾炷灸法操作施灸。每次施灸 5 壮，每日灸治 1 次。主治小儿佝偻病（小儿龟背症）。施灸时谨防的伤皮肤。

●足踝（双）穴。按艾炷灸法常规施术。每次灸两足踝各 3 壮，每日灸治 1 次。10 天为 1 个疗程，疗程间隔 2 天。主治小儿佝偻病（小儿五岁不能行者）。也可用艾卷温和灸法施术。

灯火灸

●肾俞、足三里、内关穴。按灯火灸法施术。以灯芯蘸麻油点燃，烧的施灸穴位，手法要迅速，一触及皮肤便立即离去。主治小儿佝偻病。施灸后保持局部清洁，以防感染。

敷灸法

●神阙穴。按敷灸法施术。取炒阿魏、没药（去油）、乳香（去油）、桂心各 6 克，丁香 2 克。混合研为细末，过筛后，贮瓶备用。敷灸时取药末 15～30 克，填入患儿脐孔窝中，外用磨积膏敷贴在药末上，盖以纱布，用胶布固定，2 天换药 1 次。主治小儿佝偻病。施术时可采取其它中西医结合的方法同时治疗。

鹅口疮

鹅口疮俗称“雪口”，指口腔内唇、龈、舌、上腭等处布满白色糜点的病症。多因外感风热与心脾积热上攻或阴液不足、虚火浮越而引起。症状为口腔舌上或两颊内侧粘膜上出现白屑，逐渐蔓延至牙龈、口唇、软硬腭等处，白屑周围绕以红晕，互相融合，渐渐增大，伴有哭闹不安，拒乳，厌食等症状。

治疗

验方

●西瓜 1 个，白糖适量。清热泻火。将西瓜瓤去籽，切成小条，曝晒至半干，加白糖腌渍，再曝晒至干，加白糖少许食用，可常食，不限量。主治心脾积热型鹅口疮。

●黄花菜 50 克，蜂蜜 50 克。清热解毒，泻火，先用黄花菜煎汤半杯，再加蜂蜜调匀，缓缓服用，每天分 3 次服完，连服 4～6 剂。主治小儿鹅口疮。

●石膏、藿香、防风、栀子、甘草、生地各 20 克。研末。每服 2 克，每日 2～3 次。主治鹅口疮。

●芦根、茅根名 15 克，玄参 10 克。每日 1 剂，水煎分 3 次服，连服 3 剂。主治鹅口疮。

敷贴法

●生硫黄末 15 克，适量水调成糊状，捏成小饼，分别贴于手心（劳宫穴）和足心（涌泉穴）绷带固定，愈即取下。主治鹅口疮。

●莱菔子、白芥子、地肤子各 10 克，食醋适量。前 3 味以文火用砂锅炒至微黄，研成细末，调醋成膏状，涂于 2 厘米见方纱布或白布上，膏厚 2 毫米，1 厘米见方，贴于患儿足心稍前涌泉穴处，胶布固定，每日 1 次，连用 3～5 天。主治鹅口疮。

●米醋适量，吴茱萸 1.6～4.7 克。吴茱萸研末，温醋调匀，每晚包敷患儿足心稍前涌泉穴处 1 次，连敷 3 次痊愈。主治鹅口疮。

涂擦法

●天南星 30 克，醋适量，将天南星研成细粉，用醋调成糊状，临睡前涂足心涌泉穴，男左女右，外用纱布包扎，每次 12 小时。主治鹅口疮。

●黄柏 30 克，薄荷 9 克，青黛 3 克。共研细末，每次用 2 克涂患处，日三次。主治鹅口疮。

●吴茱萸 30 克，醋 30 毫升。将吴茱萸研成细粉，用醋调成糊状，涂两足心涌泉穴，每日一次。主治鹅口疮。

●蜘蛛 7 个，冰片 0.5 克。将蜘蛛焙黄，与冰片共研细末，涂抹患处，日二次。主治鹅口疮。

●芍药 20 克，大黄 10 克，黄连 15 克等研成细末，取适量以鲜猪胆汁调成糊状，涂于小儿囟门处，日换 1 次，以效为度。治疗鹅口疮。

●葱 3 茎，蜀椒 15 克，吴茱萸 10 克，地龙末 20 克。临睡前，以葱椒汤洗足，拭干后用醋调吴茱萸末熬成膏，加入地龙来搅匀，涂于双足心，每日 1 次，连用数日，获效。治疗鹅口疮。

●黄连、甘草各 5 克，水煎漱口。然后用枯矾末加蜂蜜外涂患处。主治鹅口疮。

●枯矾 5 克，朱砂 1 克。研末涂患处。每日 2 次。治鹅口疮。

●冰片 1 克，硼砂 2 克，玄明粉 3 克，朱砂 2 克，共研末，外搽患处。主治鹅口疮。

●茄蒂适量。烧炭存性研细末，搽患处，每天 2～3 次，连用数天。主治鹅口疮。

含漱法

●茶叶 5 克。以 200 毫升沸开水冲泡加盖，待温后含漱口腔，每日十余次，治愈为止。主治小儿口疮，鹅口疮。

点滴法

●芝麻油、盐水各适量。用芝麻油数十滴，冲化于 1 汤匙的盐水中，每次滴入口内 4～5 滴，每日 10 余次。主治小儿鹅口疮，满口白屑，躁动不安者。

熏洗法

●白矾 40 克，温水洗足。1 日数次，有效。

小儿虫症

小儿虫症是指寄生在人体的各种虫类引起的疾病。常见的有蛔虫、蛲虫和绦虫病。蛔虫病是感染蛔虫虫卵所致的一种肠道寄生虫病。以食欲异常、脐周疼痛，时作时休，大便下虫等为特征。烧虫病是感染蛲虫卵所致的疾病。以夜间肛门奇痒为主要特征。因蛲虫寄生于小肠末端及结肠，雌虫常于夜间爬出肛门产卵，故可在肛门处见到白线头样成虫。绦虫，古称“寸白虫”，常见的有半绦虫与猪绦虫，是由于食入未煮熟的含有绦虫幼虫的猪、牛肉而发病。若食入猪绦虫卵，则虫卵内的六钩蚴可脱壳而出，穿过肠壁，随血流移入到体肠道外各部位如肌肉、皮下、脑、眼等，发育成囊幼虫，引起囊虫病。

治疗

验方

●吴茱萸 10 克，大黄 3 克。每日一剂，水煎分三次服，连服七天。主治小儿蛲虫病。

●将牵牛子 15 克（儿童减半），碾成细粉，加入面粉 100 克烙成薄饼空腹一次食尽。半月后重复治疗一次。主治小儿蛲虫病。

●乌梅 12.5 克，细辛 2.5 克，附子 2.5 克，干姜 5 克，黄连 5 克，桂枝 5 克，人参 5 克，川椒 3.5 克，当归 3.5 克，黄柏 10 克。每日 1 剂，水煎分 3 次服。主治小儿蛔虫病

●石榴皮 250 克，芒硝 8 克。将石榴皮煎煮后去渣，再加入芒硝，将药汁分成 16 份，一日一次，空腹服下。根据年龄大小酌情增减。主治小儿蛔虫病

●黑白丑 30 克。上药炒熟研成粉末，然后用鸡蛋一个煎至将成块时，把药粉撒在蛋上面，卷成筒状，待煎熟后于早上空腹食之。成人每次 3～4.5 克，小儿 0.5～3 克。每隔三天服一次，一般服二次，严重者服三次。服药后一般有轻微腹泻，大便次数增多，个别患者有短暂的腹疼。主治小儿蛔虫病。

●花椒 3～9 克，米醋 20 毫升。花椒加水 250 毫升煎至 150 毫升，入米醋再煎沸。一次温服，小儿酌减。主治小儿蛔虫。

●鲜苦楝皮 30 克，苦楝子 10 克，花椒 6 克。每日一剂，水煎分三次服，小儿用量酌减。服时加食醋 10～15 毫升。主治小儿蛔虫病。

●鲜生姜、蜂蜜各 60 克。将生姜洗净去皮，捣烂取汁，加入蜂蜜调匀，每半小时服一次，分四次服。主治小儿蛔虫。

●生豆油。5 岁以下服 30～90 毫升，6～10 岁服 90～120 毫升，11 岁以上服 120～150 毫升，在二小时内分 2～3 次眼。一剂不愈可续服一剂。梗阻解除后，可服驱虫药驱虫。主治小儿蛔虫。

●大黄 12 克（后下），芒硝 15 克（冲服），枳实 9 克，川朴 15 克，木香 6 克，桃仁 9 克，槟榔 9 克，乌梅 6 克。上药加水 350 毫升，煎 30 分钟，取药液 200 毫升分二次冲芒硝服。

●莱菔子 30 克，陈酒曲 30 克。上药在瓦片上炒黄研末，分成三份，日服一份，黄酒冲服。忌食甜、冷之品。主治胆道蛔虫。

敷贴法

●雄黄 15 克，凡士林 60 克。将雄黄研细末，与凡士林调匀成软膏状，于每晚临睡前取药膏适量涂于肛门内及周围，次日清晨用净布擦去，连用 3～

7 天。主治小儿蛲虫病。

●马蜂窝 1 个，白矾 20 克。解毒杀虫。主治小儿蛲虫症。将两者研成粉末装入瓶内加封待用。用火柴棒磷头粘少许粉末涂于患儿肛门处。

●鸡蛋 1 枚，豆油适量。将鸡蛋打碎，用豆油煎炒作饼状，睡前敷于肛门上，连用 7 日。止痒祛虫。主治蛲虫病。

●烟丝 50 克，植物油 100 克。二药混合捣烂，做成直径 6～8 公分、厚约 1～2 厘米的药饼，敷贴肚脐上，以纱布包扎固定，常用手加压按摩（先向下压，再顺时针揉），1 小时后取出，一般虫团可松，然后服驱虫药。主治小儿蛔虫病。

灌肠法

●川椒 60 克，苦参 20U 克，明矾 10 克。上药加水 50 毫升，煮沸 20～30 分钟，过滤备用。成人每次量为 40 毫升，儿童酌减，睡前保留灌肠，每日一次。主治小儿蛲虫病。

熏洗法

●食醋 500 毫升，焦土坯 1 块（以炕、灶、烟筒的为好，约长 7 公分、宽 6 公分、厚 3 公分），1%紫药水 50 毫升。将土坯放火中烧红，取出后将醋洒在上面，令患者脱裤坐在小板凳上，肛门对着土坯熏（约距 2～3 厘米）30 分钟左右，蛲虫便会爬出肛门外面，以干净纸擦尽。最后将紫药水涂于肛门四周。每日熏一次。主治小儿蛲虫病。

●红石榴皮（干）30 克。将石榴皮研粗末，加水 500 毫升，煮开后加食醋 15 克，适温熏洗肛门，每晚临睡前熏洗一次。主治小儿蛲虫病。

坐药法

●苦楝根 35 克，牙皂 12 克，防风、细辛各 9 克，蜂蜜 40 克。苦楝皮去红皮焙干，牙皂去皮凉干，诸药共研细面。蜂蜜加水 10 毫升，熬至滴水成珠，与药面混合制成条状纳入肛门，约 1 小时取去。忌食红萝卜、甜甘蔗等及生冷食物。

●雄黄 3 克，苦参 3 克，樟脑 0.5 克。上药研细粉，用布包成一小团，蘸香油或食醋，于睡前塞进肛门，每晚一次，一般 2～3 次即生效。主治小儿蛲虫病。

猩红热

猩红热是严重的出疹性传染病，多发于冬春季节的 2～10 岁儿童。症状为高热、头痛、咽痛，全身皮肤充血，并出现弥漫性红色斑疹。

治疗

验方

●梨汁、藕汁、甘蔗汁、生地汁各 15 克。炖温服，l 日 2 次。滋阴清热。主治猩红热后期

●牛蒡子 9 克，薄荷 3 克，蝉蜕 3 克。水煎服，1 日 1 剂。清热利咽，发表透疹。主治猩红热早期

●玄参 15 克，板兰根 10 克，丹皮 6 克，生地 10 克，生石膏 30 克，金银花 10 克。水煎服，每日一剂。主治猩红热

●板兰根 30 克，土牛膝根 30 克。水煎服，每日一剂。上方为 8～10 岁儿童剂量，小于 8 岁的儿童剂量酌减。主治猩红热

●蒲公英 30 克，乌敛莓 30 克。水煎服，每日一剂。8 岁以下的儿童剂量酌减。主治猩红热

●板兰根 10 克，大青叶 9 克，蒲公英 9 克，玄参 12 克，金银花 10 克，连翘 10 克，生石膏 15 克，黄连 6 克，山栀 10 克。水煎服，一日一剂，分三次服。主治猩红热。

●土牛膝根、板兰根、蒲公英各 15 克。水煎服，一日一剂，分三次服。主治猩红热

●山豆根 60 克，野菊花 120 克。水煎服。10 岁以上者一次服下，3 岁以下者分 3 次服，3～10 岁分 2 次服。主治猩红热

●白萝卜 125 克，青果 6 克，白萝卜切片，青果捣碎，水煎服。清热解毒利咽。主治猩红热。

●樱桃核 10 克。将上药水煎，加糖服。清热解毒透疹。主治猩红热初期。

麻疹

麻疹俗称“出疹子”，是冬春季儿科的一种急性发疹性传染病，由麻疹病毒感染引起。主要通过病人咳嗽，喷嚏等飞沫直接传播。症状为开始发热，伴有咳嗽、鼻塞，流涕，打喷嚏，目泡赤肿，眼泪汪汪，怕光等上呼吸道感染症状，继而出现红色疹点。

治疗

验方

●鸡蛋数枚，童便适量。用针将鸡蛋扎无数小孔，泡入童便中（成人尿亦可），尿量以浸没鸡蛋为度。然后置低温处并保持 2～12℃，侵泡 4～7 昼夜后取出鸡蛋以清水冲洗干净，加少量凉水微火煮熟。去蛋壳口吸取。每日 1 次，不拘量，连服 7 日。清热解毒，补虚扶弱。主治麻疹初期。

●糯米酒 60 毫升。煮开后食用，并卧床覆被取微汗，能助麻疹透发。主治麻疹疹前期；麻疹透发不够。

●鲜芫荽 30 克，白酒适量。加水煎汤代茶饮，每日数次。主治麻疹疹前期。麻疹已出透不宜用，胃溃疡患者忌服。

●河西柳 30～60 克。水煎分多次服，1 日 1 剂。发表透疹。

●葛根 10 克，紫苏叶 4.5 克，蝉蜕 4.5 克。水煎沸约 3～4 分钟，每日 1 剂分数次温服。解表散风透疹。主治麻疹。

●老丝瓜 1 个。用尾部近根者长 10～13 厘米，悬挂通风处阴

干，研为细末，备用。每次服 6 克，开水送服，1 日 3 次。主治麻疹。不宜食酸涩之品。

●糯米酒 60 克。煮开后食，吃后卧床盖被，取微汗。发表透疹。主治麻疹。

●鱼 150 克，黄芪 25 克。鱼收拾干净与黄芪煮汤服，1 日 2 次。补气透疹。主治麻疹。

●金银花 35 克，白糖 35 克。金银花研末与白糖混匀，早晚服，每服 5 克，连服 7 天。清热解表透疹。主治麻疹

●紫草根、绿豆、黑豆、赤小豆各适量。上药加清水 1000 毫升，煎至 250 毫升温服，每 3 日服 1 剂，连服 5 剂。清热解毒透疹。主治麻疹。

●鲜芦根、鲜茅根各 15 克。煎水当茶。清热透疹。主治麻疹。

●鲜竹笋芽 10～15 个，黄豆 60 克。加清水适量，煮沸后喝汤吃笋、豆，日服 3 次。透疹。主治麻疹。

●荆芥 6 克，蝉衣 4.5 克，西河柳 9 克，浮萍 6 克，连翘 9 克，牛蒡子 6 克，桔梗 6 克，前胡 9 克。水煎服，日一剂，早晚两次分服。主治麻疹

●党参、当归、花粉，浙贝各 6 克，蝉衣、杏仁、柴胡各 3 克，升麻 3 克，葛根 4.5 克。水煎服，日一剂，早晚两次服用。主治麻疹出疹期。

●当归、赤白芍、生地、麦冬、元参、甘草、竹叶各 6 克，炒山楂 9 克，神曲 6 克。水煎服，日一剂，早晚两次分服。主治麻疹恢复期。

●胡萝卜 100 克，荸荠 60 克，香菜 30 克。水煎代茶饮，每天 1 剂，连服 2～4 天。主治出疹期。

●山药 50 克，莲子 30 克，鸭梨 1 个。将上 3 味同放锅内加火炖烂，分 2～3 次，1 天服完。每天 1 剂，连服 4～5 天。主治退疹期。忌食油腻、厚味食物。

敷脐法

●柑树叶 30 克，米酒适量。炒焦柑树叶后研末，以米酒调敷肚脐。主治麻诊后喘气。

●二丑各 50 克，白矾 15 克，面粉、米醋各适量。将二丑、白矾研成细粉，加入适量面粉和米醋，调成糊状，敷于肚脐和两足心，外用胶布固定，24 小时换药 1 次，疹出透停用。主治小儿麻疹，疹出不畅，发热气促者。

●阿魏，桃仁各等量。将药研成细末，放在黑膏药中心，对准脐眼贴之，外用绷带固定好，连用 12 天。预防麻疹易感儿发病。

●香菜、鲜紫苏叶、鲜葱白各 10 克，面粉适量。把 3 味药共捣烂如泥，加入适量面粉，调和如膏状，贴于肚脐，外用胶布固定，药干后换药，多是贴 2～3 天，疹热退，主治小儿麻疹，疹出不畅者。

熨脐法

●鲜香菜、鲜紫草、鲜浮萍（红色者）各等份，黄酒适量。3 药共捣烂，加入黄酒炒，炒热后，用布包之，令小儿仰卧，放在小儿脐上反复熨之，连熨 2 次可使疹出齐。主治小儿麻疹，疹出不畅。

●鲜芫荽（香菜）、鲜紫苏叶、鲜葱白各等份。诸药混合捣至融烂，加入面粉少许，再捣至极融，调匀如膏状，备用。取药膏贴敷于肚脐和两足心（涌泉）穴上，用纱布固定，每天换药 1 次，一般敷药 2～3 次，疹子透齐，热退。主治麻疹前驱期，发热，咳嗽、喷嚏、流涕，咽部及眼结膜充血，怕光、眼泪汪汪，疲倦、纳呆，有时昏睡，症状似重感冒，口腔颊粘膜接近臼齿处可发现微小灰白色的麻疹粘膜斑，或见麻疹隐现而出不透，烦躁不安。

●鲜芫荽 60 克，生姜、葱白各 36 克，热酒适量。将前 3 味药洗净切碎，用布包裹，蘸热酒在全身由上至下揩擦，重点擦疹点未出部分或虽出疹点稀小部分。主治麻疹初期，擦时应注意避风，擦后覆被而卧。

鼻嗅法

●鲜葱 250 克。上药纳入大嘴茶壶中，隔水炖，以纸套套壶口，让患儿鼻对壶口近尺许，使葱气吸入，每次吸 20 分钟，隔 1～3 小时吸 1 次，次数不限。主治麻疹期哮喘的辅助治疗。

鼻窍涂药法

●朱砂 2.5 克，牙皂 3.5 克，枯矾 2 克，白芷 1.5 克，雄黄 2.5 克，防风 2 克，桔梗 2 克，半夏 2 克，麝香 0.3 克，藿香 2 克，贯众 2 克，陈皮 2 克，薄荷 2 克，细辛 1.5 克，甘草 2 克，苍术 3 克，苍耳子 2 克，辛夷 2 克。上方共研细末，加 90%凡士林制成软膏备用。用时用棉棒蘸少许软膏。轻轻涂于鼻内前庭，每天涂 1 次，共涂 6 次为 1 疗程。预防麻疹灌肠法

●葛根、牛蒡子、连翘各 6 克，薄荷、蝉蜕各 2 克，荆芥、桔梗各 5 克，前胡 8 克。上方煎 2～3 次备用，每次取液 30 毫升，保留 15 分钟灌肠，每日 1 次，连续 3～5 次。主治麻疹出不透者。

小儿遗尿

小儿遗尿，又称尿床，是指小儿睡觉时不知不觉地小便，醒后方知的一种病症，其发病原因是由于小儿肾气不足，下元虚冷，或久病肺脾气虚不摄，不能通调水道，膀胱制约无权或肝经湿热、疏泄失常、或者不良习惯等。症状睡觉时不知不觉地小便，轻者数夜 1 次，重者每夜数次，不易叫醒，醒了也迷迷糊糊。

治疗

验方

●黄芪 15 克，党参 20 克，白术 10 克，覆盆子 15 克，金樱子 10 克，益智仁 10 克，桑螵蛸 10 克。水煎服，日一剂，分两次服用，主治遗尿。

●猪膀胱 1 个，益智仁 20 克，桑螵蛸 18 克，白胡椒适量。将膀胱洗净，纳入上药，稍加酱油、盐调味，水煎，熟后去药渣，一次顿服，隔日一次。主治小儿遗尿

●公鸡肝肠一具。将肝肠洗净，烧成灰，小米汤送服，日一剂。主治遗尿。

●公蟋蟀适量。将蟋蟀焙干研细面，黄酒送服，日一剂，分三次服。主治小儿遗尿

●白果适量，益智仁 6 克，鸡蛋一个。药研细面，把鸡蛋开一小孔将药面放入，煮熟，每日两个，两次吃完，主治遗尿

●茶叶 8 克，食盐 3 克，鸡蛋 2 个。茶、蛋放锅中煮约 8 分钟，将蛋壳击破，加盐再煮 10～15 分钟，取蛋去皮蘸酱油食用。主治小儿遗尿。

●石菖蒲 9 克，麻黄 6 克，益智仁 12 克，桑螵蛸 15 克。水煎早晚服，每日 1 剂。益肺健脾，主治遗尿。适用于脾肺气虚型遗尿。症见遗尿，神疲、面白、大便稀溏等。

●核桃肉 100 克，蜂蜜 15 克。将核桃肉放在锅内干炒发焦，取出晾干调蜂蜜吃。主治小儿久咳引起遗尿气喘。

●猪脬（膀胱）l 个，白果 5 枚，覆盆子 10 克。白果炒熟去壳，覆盆子洗净，猪膀胱洗净切成小块，一同放入锅内，再加清水适量煮汤饮用，每日 1 次，睡觉前饮用。补肝肾，缩小便。主治小儿夜间多尿或遗尿。

敷贴法

●中极、气海、关元、肾俞。桑螵蛸 20 克研细末，以葱白 8 根共捣如糊状，密贮备用。以上药适量敷贴在穴位，盖好油纸，以胶布固定，隔 2～3 天换药 1 次，5 次 1 疗程，疗程间隔 3～4 天。

●内关、中极，膀胱俞、复溜、三阴交穴。麝香 3 克，蟾酥 5 克，桂枝 5 克，麻黄 5 克，雄黄 5 克，没药 5 克，乳香 5 克。共研细末，密贮备用。用以上适量药粉以黄酒调糊，摊于油纸上，贴在穴位处，以胶布固定，每次选用 2～3 个穴，3～5 天换药 1 次，5 次 1 疗程，疗程间隔 3 天。

敷脐法

●生姜 30 克，炮附子 6 克，补骨脂 12 克。为未和匀，敷脐，外用纱布覆盖，胶布固定，每日 1 次，连用 3～5 次。主治小儿肾阳虚型遗尿，神疲乏力，面色苍白，肢凉怕冷，腰膝酸软，小便清长，舌淡，脉沉细。

●附子、干姜、赤石脂各等量。将诸药共研细末，过筛后，贮瓶备用。用时取药粉适量，加温开水调成膏状，敷于患儿脐部，外盖纱布，胶布固定。

每天换药 1 次，10 次为 1 疗程。主治遗尿，面色淡白，腰膝酸软，神疲畏寒，舌淡，苔白，脉沉弱。

●龙骨 30 克。将龙骨用火煅后研成细末。临症每次取药粉 5 克，用醋调成糊状，敷小儿脐部，外用纱布包扎固定，每天换 1 次药，连用 5～6 次。主治小儿遗尿。

贴脐法

●丁香 3 克，米饭适量。把丁香研成极细末，加适量米饭，制成小饼，贴于患儿脐中穴，再用胶布固定，2 天换 1 次药。主治小儿遗尿。

●茯神 20 克，五倍子 20 克，把上两味药共研成细末，过筛，临症取适量药粉，加入米汤调和成糊，摊在一正方形 4.5×4.5 平方厘米的胶布上，对准神阙穴贴之，睡前贴，第 2 天早上去掉。主治小儿遗尿症。

填脐法

●生姜 30 克，补骨脂 12 克，炮附子 6 克。先把补骨脂、炮附子研成细末，加入生姜共捣如泥状，填入小儿脐眼中，外用消毒纱布盖好，固定，5～6 天换 1 次药。主治小儿下元虚寒之遗尿。

●夏盆子、金樱子、五味子、菟丝子、仙茅、山萸肉、补骨脂、桑螵蛸各 60 克，丁香、肉桂各 30 克。把以上诸药共研细末，过筛，装瓶备用。临症，每次用药面 2 克，纳于小儿脐中，滴上 1～2 滴白酒，再用暖脐膏覆盖，外加塑料薄膜，用胶布固定，3 天换 1 次药。主治小儿遗尿症。

●黑胡椒 30 克。黑胡椒研成细末，每晚在小儿临睡前纳入小儿脐中，以填满为度，再外用伤湿止痛膏固定。24 小时换药 1 次，7 次为 1 疗程，1～3 个疗程可愈。主治小儿遗尿症。

●桑螵蛸、芡实、硫黄、五倍子各适量。把以上诸药共研细末，过筛。每次取 5 克，在患儿临睡前纳入脐中穴，外用纱布盖，胶布固定，2 天换 1 次药。5 次为 1 疗程。主治小儿遗尿症。

熨脐法

●益智仁 3 克，公丁香 5 粒，八角茴香 1 个，桂圆核 1 枚，生姜适量。把生姜压汁，再把其余诸药共研细末，混合在一起调匀，捏成 1 个小饼，临症，在晚上小儿上床睡觉时，将药饼烘热，温熨患儿脐部，凉后再用热水袋放其上熨之。每次 30 分钟，每晚 1 次。主治小儿遗尿症。

灸脐方

●生姜数片（或食盐适量）。把生姜片放在神阙穴上，或用精盐纳满患儿脐眼，再放上如黄豆大小的艾炷灸之，每次 4～8 壮。

每日或隔日 1 次。5～7 次为 1 个疗程。主治小儿遗尿。

●艾条 2 支，温灸盒 1 个。点燃艾条 2 头，放入温灸盒内，再把温灸盒放在小儿脐正上方。每次灸 20～30 分钟。每日 1 次，5 次为 1 疗程。主治小儿遗尿属虚寒型者。

涂擦法

●老姜 1 块、白酒 100 毫升。老姜捣烂，浸酒 3 天，睡前用此酒沿肚脐下正中线擦拭，待皮肤发红后停止，连用 6～7 天。主治遗尿。

针刺法

●毫针主穴：气海、关元、三阴交、中极、百会。配穴：肺脾气虚加足三里、太白；肝经湿热加合谷、太冲。

●梅花针腰背部、下腹部、腹股沟，重点叩刺腰、骶部、中脘、关元、

百会、三阴交、足三里及有阳性反应物处；遗尿频繁，且尿床后不自知者，加神门或内关、心俞、大椎重点叩打。

●耳针取脑点、膀胱区、尿道、神门、皮质下、心、肾、兴奋点。以毫针捻转进针，中、强刺激，每日 1 次，每次选取 3～4 个穴，留针 20～30 分钟，7 次 1 疗程，疗程间隔 3～5 天。亦可用耳穴压丸法治疗。

●水针取三阴交、小肠俞、次髎等穴。每次选取 1 个穴，各穴轮用。用 1%盐酸普鲁卡因注入穴位，l 毫升为宜，隔日 1 次，7 次 1 疗程。

●激光取关元、中极、归来、阴陵泉、复溜等穴。耳穴：肾、膀胱区、脑点、皮质下、神门。采用医用小功率氦一氖激光照射穴位，每次选取 3～4 穴，经穴与耳穴轮用。治疗时，以激光光点对准穴位，激光器距离穴位 40 厘米左右为宜，每日照射 1 次，每次每穴照射 5 分钟，（照射剂量应先从小剂量开始，初次照射约 1 分钟，以后逐渐延长至 5 分钟为止）。

艾灸法

●干姜 15 克，面粉适量。加水 200 毫升，煎至 100 毫升，滤渣取液和面粉成糊状，再摊于 3 块二寸见方布上，晒干，即成姜饼。用时置于中极、三阴交穴上，用艾条熏灸，每日 2～3 次，每次 30 分钟，3 天为 1 疗程。主治遗尿。

●肾俞、关元、百会等穴。按艾炷无瘢痕灸法施术。每次每穴灸 7～10 壮，每日灸治 1 次，6 次为 1 个疗程。主治下元虚冷所致的遗尿。配合推拿疗法效果更好。

●命门、肾俞、气海等穴。按艾卷温和灸法操作施灸。每天施灸 2 次，每次每穴灸 5～10 分钟。主治下元虚寒型小儿遗尿。若膀胱失约者，如灸膀胱俞穴；脾气不足者，加灸足三里穴。艾卷距皮肤的距离宜保持在 3 厘米左右。

灯火灸

●三阴交、关元、阴陵泉等穴。可选用阴灯的灸法或压灯指熨法操作施术。阴灯的灸法，每天施灸 1 次，每穴 1 壮，10 天为 1 个疗程。压灯指熨法，每天施灸 1 次，每穴压 3～5 壮（次），10 次为 1 个疗程。主治小儿遗尿。脾气不足者加灸足三里；膀胱失约者加灸膀胱俞；肾气不足者加灸肾俞、命门。小儿遗尿以虚寒者居多，患儿宜食温补之品，忌食寒凉瓜果。患儿晚饭后应限制饮水量，临睡前排尿，并于夜间唤醒排尿，养成良好的生活起居习惯。

敷灸

●神阙穴。按敷灸法施术。取硫黄 30 克研末，再和大葱 120 克共捣如泥，烘热，装纱布袋，敷脐，外用纱布包裹或用胶布固定。每晚 1 次，连敷 7～10 天。主治下元虚寒所致的遗尿。

火罐法

●神阙穴。采用大小适宜的火罐，以闪火法将罐吸拔于穴位，留罐 3～5 分钟，每 1～2 日施术 1 次。主治 3～5 岁遗尿者。

刺络（刺血）拔罐法

●①大椎、肾俞、膀胱俞等穴。②身柱、八髎、关元等穴。

以上组穴，每次选用 1 组。局部常规消毒后，用三棱针点刺穴处，然后在点刺处拔罐，留罐 10 分钟左右。每日或隔日治疗 1 次。主治遗尿症。

妇科疾病

痛经

痛经是指妇女在月经前后或经期出现小腹严重胀痛或疼痛，同时伴有头晕腰酸、恶心呕吐，乳房胀满，尿频、腹泻，腰骶酸痛，全身无力，而影响正常学习和工作。又称“行经腹痛”。精神因素，天气变化，感受寒凉，或平素体质虚弱，气血不足都可引起痛经。

治疗

西药

●子宫发育不良者，可选服雌激素，也可选用胎盘组织液或口服胎盘，以促进子宫发育；青春期痛经，可在月经前数日选用黄体酮、安宫黄体酮、甲地孕酮；年龄较大的痛经者，可选用甲基睾丸素、睾丸酮等雄激素治疗，以减轻疼痛，因为甲基睾丸素有松驰输卵管肌肉的作用，故特别适用于不孕症痛经者。此外，疼痛严重者，可选用阿托品、颠茄片或可待因、索密痛等药解痉止痛。

中成药

●经期延长、每于经前 1～2 天或来潮的第 1 天下午腹部疼痛、拒按、经血紫黯成块，血块排出则疼痛缓解，血块不能排出则疼痛加剧、面色发青、出冷汗、手足发冷、恶心呕吐者，可选用调经活血片。经血将尽或经后下腹隐隐作痛、有空坠感、喜温喜按、经血色淡、脸色苍白或萎黄者，可选用乌鸡自凤丸或乌鸡白凤口服液。

验方

●川芎 5 克，黄酒 20 毫升，鸡蛋 2 个。川芎、鸡蛋同煮，蛋熟后去渣及蛋壳，调入黄酒，汤蛋同服，每日 1 剂，连服 1 周。主治经期或经后小腹绵绵作痛，经色淡红而量少的虚寒症。

●生姜 6 克，红枣 10 枚，红糖 60 克。水煎服，每日 1 剂，连服 6～10 剂。主治气血虚弱型痛经，症见经后一二日或经期小腹隐隐作痛，或小腹及阴部空坠，喜揉按，月经量少，色淡质薄，或神疲乏力，或面色不华，或纳少便搪，舌质淡，脉细弱。

●丹参 60 克，党参 30 克，白酒 500 毫升，红糖适量。前二味入白酒浸泡 30 天，月经前加红糖调服。每天 10～20 毫升，每天 2～3 次，连服 3～4 天。主治气血虚弱所致痛经。

●生姜 150 克，熟地 240 克。将上药焙干，共研为细末，每次 6 克，乌梅汤送下，每日 2 次，连服 3～5 日。主治气血虚弱型痛经。

●远志（去心）60 克，白酒 500 毫升。浸泡 20 天，每次饮 15 毫升酒，日饮 2 次。主治痛经。

●红花 100 克，60 度白酒 400 毫升，红糖适量。红花入白酒浸泡 1 周，每次取白酒 10 毫升兑入凉开水 10 毫升，红糖适量调服，每天服 2 次，月经前服用。主治气滞血瘀所致痛经。

●山楂片（去核）500 克，60 度白酒 300 毫升。山楂片入白酒密封浸泡 1 周，每天振摇 1 次。于月经前每天服 2 次，每次 10 毫升，连服数天。主治气滞血瘀所致痛经。

●绿茶 1 克，泽兰叶（干品）10 克。用刚沸的开水冲泡大半杯，加盖，5 分钟后可饮，常作饮料，可反复冲泡至味淡为止。主治原发性痛经，适于月经提前或错后，经血时多时少，气滞血阻，小腹胀痛的患者。

●黄酒 30～80 毫升。温饮。主治痛经。

●青壳鸭蛋 3 个（去壳），酒半碗，生姜 25 克。鸭蛋与姜、酒共煮熟，以白糖调服。主治来经时小腹或胃部疼痛，不思饮食。

●白酒 50 毫升，红糖 25 克。白酒加热至沸，加入红糖，再次煮沸即可，痛时趁热服下。每日 1 次，连服 2 天。主治痛经。

●白胡椒粉 1 克，烫热白酒 1 盅。冲服。主治痛经。

●绿茶 1 克，益母草（干品）20 克。用刚沸的开水冲泡大半杯，加盖，5 分钟可饮，可反复冲泡饮至味淡为止。主治原发性痛经，功能性子宫出血兼患高血压者尤为相宜。

●河蟹 2 只（约 250 克），红藤 30 克，米酒适量。前二味洗净后用瓷罐文火炖熟，加米酒透量，再炖片刻，趁热吃河蟹喝汤。主治气滞血瘀型痛经。

●丹参 100 克，白酒 500 毫升。将丹参入白酒浸泡 7 天，每次服 10 毫升，每日 2 次服。主治寒凝血瘀所致痛经。血热妄行，阴虚血热者忌服。

●青核桃仁 3000 克，黄酒 5000 毫升，红糖 1000 克。上药混合浸泡 24 小时后晒干备用。可常服食。主治寒凝血瘀所致痛经。

●莲花 6 克，绿茶 3 克。每年 7 月间采取含苞未放的大花蕾或开放的花，阴干，和茶叶共研细末，白开水冲泡，代茶饮，每日 1 次。主治瘀血腹痛，月经过多，呕血、吐血，跌打损伤等。

●绿茶 1 克，玫瑰花（或用益母草花代替）5 克，蜂蜜 25 克。加水 300 毫升，煮沸 5 分钟，分 3 次饭后服。主治经前腹痛，月经失调，赤白带下。

●黑豆 60 克，鸡蛋 2 个，米酒 120 毫升。将黑豆、鸡蛋同煮，蛋熟后去壳再煮，煮至豆熟兑入米酒，豆、蛋、汤同服。主治肝肾亏虚，症见精神疲惫，腰膝酸困的痛经或月经不调的患者。

●生蒲黄 10 克，炒灵脂 10 克，玄胡 10 克，焦山楂 30 克，醋香附 20 克。水煎取 300 毫升，分二次温服，每日一剂，连服五～七剂。经前三天开始服。主治痛经。

敷贴法

●当归、川芎、赤芍、桃仁、生蒲黄、制香附各 9 克，元胡、肉桂各 12 克，琥珀末 1.5 克。上药共研细末，经前 1～2 天或经期取 3 克加 30%酒精调敷肚脐，外用纱布包扎固定，日换 1～2 次，3～4 天为一疗程。主治痛经。

●肉桂 10 克，吴茱萸、茴香各 20 克。上药共研细末，用白酒适量炒热敷于脐部，冷后更炒熨敷，以不烫伤为度，用胶布固定，连敷 3 日。下次月经之前再敷 3 日。主治痛经。

●当归、吴萸、乳香、没药、肉桂、细辛各 50 克，樟脑 3 克（研末），95%乙醇适量。将当归、吴萸、肉桂、细辛共水煎 2 次，煎液浓缩成稠状，混入已溶于适量 95%乙醇的乳香、没药液，烘干后研细末加樟脑备用。用时取药粉 3 克，用黄酒数滴拌成糊状于经前 3 天外敷脐部，用护伤膏固定，药干则更换，经行 3 天后取下。每月 1 次，至痊愈或痛经转轻为止。主治痛经。

●山楂、葛根、乳香、没药、穿山甲、川朴各 100 克，白芍 150 克，甘草、桂枝各 30 克，细辛挥发油、鸡矢藤挥发油、冰片各适量。将上药经制备成粉剂。于经前 3～5 天，取上药末 0.2～0.25 克，用醋或姜汁或酒调成糊状，敷于脐部，经行后第 3 天去药。主治痛经。

●痛舒宁（关节镇痛膏）。经前 3 天，剪取大小适中的小块，贴关元、中极、三阴交、肾俞、次髎穴，两天换 1 次。经净停贴，连续 3 个月。主治各种痛经。

●香附 12 克，延胡 10 克，桂枝 8 克，官桂 8 克，木香 6 克，鸡血藤 20 克。将药物捣烂，炒热后敷贴丹田穴，然后按揉或温灸。主治痛经。

●艾叶 60 克，食盐 30 克或葱白 60 克，生姜 20 克，食盐 20 克，将艾叶、食盐熨热后敷贴关元穴，或葱白、生姜、食盐炒热后敷贴患部。主治痛经。

敷脐法

●肉桂 10 克，吴茱萸、茴香各 20 克为末。用白酒适量调成糊状加热敷脐，每日 1 次，经前连用 3 天，疗效迅速。主治寒凝血瘀型痛经。

●山楂、葛根、乳香、没药、穿山甲、厚朴各 100 克，白芍 150 克，甘草、桂枝各 30 克，细辛挥发油、鸡矢藤、挥发油、冰片各适量。先将山楂、葛根、白芍、甘草共水煎两次，煎液浓缩成稠膏状，混入溶于适量 95%乙醇的乳香、没药液，烘干后，与穿山甲、厚朴、桂枝共研细末，再加适量的细辛挥发油、鸡矢藤挥发油和冰片，充分混合，过 100 目筛，装瓶备用。于经前 3～5 天，取上药 0.2～0.25 克，气滞血瘀型用食醋调糊，寒湿凝滞型用姜汁或酒调糊，敷于脐中，外用胶布固定，待经来痛止或经期第 3 天去药。主治痛经。

●全当归、大川芎、制香附、赤芍、桃仁各 9 克，延胡索、肉桂各 12 克，生蒲黄 9 克，琥珀末 1.5 克。研为细末，贮备，在经前 1～2 天或行经时取 3 克，用 30%酒精调和，湿敷于脐部，用纱布、橡皮膏固定，日换 1 次（夏天可换 2 次），连敷 3～4 天为 1 疗程。主治原发性痛经。

●乳香、没药各 15 克。将上两药混合碾为细末，备用。于经前取药 5 克，调黄酒制成药饼如五分硬币稍厚大，贴在患者脐孔上，外用胶布固定。每天换药 1 次。连用 3～5 天。主治妇女痛经。经前后和来潮时痛均可治。

●元参、白芷、当归、赤芍、肉桂、大黄、生地各 30 克，麻油 1000 克，黄丹 360 克。前 7 味药同麻油入锅内，煎至黑，滤去渣，再加入黄丹，煎成滴水捻软硬适中，即成膏药。同时取枣大 1 块，摊青皮上，贴肚脐正中。连用 3 次，每次贴 1 周，主治血瘀痛经。

●益母草 9 克，桂枝 6 克，茯苓 9 克，白术、当归、泽泻、香附各 6 克，川芎、元胡各 4.5 克，香油 150 毫升，黄丹 120 克。用香油炸枯诸药去渣，加入黄丹收膏，摊于牛皮纸上备用。每次于经前取 1 贴膏药贴脐部。主治痛经。

●五灵脂、蒲黄、香附、丹参、台乌药各等量。将上药加工碾碎为细末，瓶贮封好备用。取药末适量，调热酒适量成厚膏状，把药膏摊于纱布贴敷患者脐孔上。胶布固定，每天换药 1 次，病愈停药。主治妇女月经来潮少腹或腰骶部疼痛。或经前、经后少腹疼痛难忍，乳房胀痛不舒。

填脐法

●延胡索 20 克。延胡索压粉，以药用基质调药粉，制成每粒含 0.3 克药粉的丸，从痛经发作前 2 天开始，每次取药 1 粒，放于脐中，外加塑料薄膜、纱布，再用胶布固定，每日换药 1 次，用至不痛为止，在下次月经期，再如上法用药，根据患者痛经缓解程度不同，连用 1～3 个月经周期。主治痛经。

●白芷、五灵脂、青盐各 6 克。共研细末，将脐部用湿布擦净后，放药末 3 克于脐上。上盖生姜 1 片，用艾灸，以自觉脐内有温热感为度，2 日 1 次。主治痛经。

●细辛适量。研细末，敷脐部，经前或行经第 1 天用效果好。主治寒性痛经。

熨脐法

●食盐、葱白各 250 克，生姜 125 克。上药共炒热，装布袋中温熨脐部及下腹部，凉后再炒再熨。每次熨 20～30 分钟，每日 1～2 次。主治痛经。

●肉桂 3 克，吴萸 6 克，当归 9 克，干姜 6 克，艾叶 6 克，元胡 9 克，沉香 3 克，香附 6 克，小茴香 6 克。偏干血瘀者加蒲黄 9 克，五灵脂 9 克。将上药共研细末，置于双层纱布袋中，敷于脐部，外用绷带固定。另用热水袋置药上温之，1 日 3 次，每日半小时。主治寒凝气滞之痛经。

●细辛适量。研细末，敷脐部，经前或行经第 1 天用效果好。主治寒性痛经。

针刺法

●毫针主穴：关元、三阴交、气海、中极等。配穴：足三里、归来、大冲、合谷等。肝肾亏损加肝俞、肾俞；血瘀、寒凝加血海等；气血虚弱加中院等。虚症用补法，实症用泻法，背部俞穴可点刺，不留针，余穴留针 30 分钟，行经前 1 周开始针刺，每日或隔日 1 次。

●梅花针选取腰、骶部、下腹部、带脉区、关元及阳性物处。兼见肝经证候加胸柱 8～10 两侧、期门、三阴交；兼见脾经证候加胸椎 5～12 两侧及中院、足三里。中度或重度刺激，在月经前 1 周开始治疗，隔日 1 次，15 次为 1 疗程。实症者重点叩气海、三阴交、期门、带脉区及腹股沟部；虚症重点叩关元、气海、三阴交、肾俞及腰、骶部。

●耳针子宫、内分泌、皮质下、神门、肾等穴。毫针刺法，快速捻转 2 分钟，留针 20～30 分钟，每日 1 次。一般在月经前 3 天施治。3 天取换 1 次，两耳交替。疼痛缓解后，以埋压法巩固疗效。

阴道炎

阴道炎是由多种因素所致的阴道粘膜炎症性疾病。常见的有滴虫性阴道炎、霉菌性阴道炎和老年性阴道炎三种。滴虫性阴道炎是由阴道毛滴虫感染所引起的阴道炎症，有较强的传染性，主要由性交直接传染，其次是通过公共浴池、浴盆、浴中、游泳池、衣物或消毒不严的医疗器械等传染；霉菌性阴道炎是由白色念珠菌感染所引起；老年性阴道炎是由卵巢功能衰退，雌性激素水平降低，阴道酸度降低，生殖器官萎缩，局部抵抗力减弱，细菌侵入后容易繁殖而引起的炎症。症状为滴虫性阴道炎：分泌物增多，呈泡沫状，有腥臭味，伴外阴及阴道疡痒，有虫爬感，阴道壁可见散有红色草莓状突起或出血点；霉茵性阴道炎：外阴瘙痒，白带呈豆渣样或水样，阴道壁上有乳白色片状的膜覆盖，擦去后可见粘膜充血、水肿；老年性阴道炎：白带增多，如黄水状，伴阴道瘙痒，灼热干涩，阴道粘膜呈老年性改变，皱壁消失，上皮菲薄光滑、潮红、常有小出血点或片状出血斑，内诊易出血。

治疗

验方

●百部草 3 克，月季花 3 克，鸡冠花 6 克，刘寄奴 6 克，石苇 6 克，川断 6 克，鸡血藤 6 克，茯苓皮 12 克，白薇 6 克，扁豆花 6 克，全当归 9 克，甘草 3 克，水煎服，每日 1 剂。主治滴虫性阴道炎。

●扁豆花 9 克，椿白皮 12 克。将上 2 味洗净，用纱布包好后，加水 200 毫升，煮成 150 毫升，分 2 次饮服，一般服 1 周左右，可收效。主治阴道炎（湿热型）。

●苡米 50 克，赤小豆 50 克，黄柏 20 克，椿树根白皮 20 克，南麻根 25 克。水煎服，每日一剂。主治阴道炎。

●百部 15 克，马齿苋 15 克。水煎服，每日 1 剂。功效清热解毒，杀虫止痒。主治阴道炎。

●昆布 150 克，白萝卜 1000 克，猪肚皮肉 250 克，花椒 20 粒，食盐 20 克。加水炖汤分二次服，每日一剂，连服三剂为一疗程。主治适用于滴虫性阴道炎。

●黄柏、苍术、芡实、茯苓、车前子、鸡冠花各 15 克，白果、焦栀子、醋柴胡各 10 克，龙胆草、山药各 12 克，薏苡仁 30 克。每日 1 剂，水煎早晚 2 次服，15 剂为 1 疗程。主治各种阴道炎。

●人中白 10 克，砂仁 10 克，鲜毛根一根（约 120 克），糖 250 克，将人中白、砂仁各用陈年薄瓦焙黄，共为细末；将毛根用水煎至 500 毫升，冲入糖与药面内，每日一剂，一次或分次服。主治阴道炎。

坐药法

●雄黄 10 克，白矾 30 克，杏仁 50 克，冰片 0.5 克。将上药捣烂如泥制成丸剂，每剂分六丸，每次用一丸，用纱布包好，用线扎紧，填入阴道，小便时取出，便后再填入阴道，三天后换一丸。主治阴道炎。

●苍术 15 克，防风 15 克，黄柏 15 克，面粉适量。前三味研细末，用面粉做成条形，纳入阴道中，清热燥湿止痒。主治阴道炎。

●新猪胆汁 150 毫升。将新猪胆汁装入大补液瓶内，加盖密封高压灭菌后，置冰箱内贮存备用。以 1%乳酸冲洗阴道，无菌干棉球擦拭阴道壁，前、后穹窿和宫颈，然后用消毒棉签蘸猪胆汁擦上述部位。涂药不应留空隙，每

日 1 次，连续 3 日为 1 疗程。清热解毒。主治阴道炎。

●丹皮、苦参、郁金、硼砂、儿茶、葡萄糖粉各 125 克，冰片 32 克，高锰酸钾 0.6 克，5%淀粉糊适量。将丹皮、苦参、郁金煎煮浓缩，余药粉碎，与前汁混合制粒打片。每次一片，塞入阴道，七天为一疗程。主治阴道炎。

●雄黄 1 克，生烟叶 2 克，明矾少许，鲜猪肝 100 克。先将雄黄等 3 味药共研细末，肝切成三角形，用缝衣针在肝上扎些小孔，把药末撒在小孔内，晚上塞阴道内，早上取出。主治滴虫性阴道炎。

●硼砂、冰片各适量。取 97%硼砂与 3%冰片混合后，再加入约占药量 50～60%的冷霜调匀备用。用时取窥阴器扩张阴道，然后将冰硼霜均匀敷于阴道壁四周及外阴，每天 1 次，5 天为 1 疗程。主治霉菌性阴道炎。

●大蒜头。去皮洗净，捣汁，浸湿消毒布条，睡前塞入阴道深处，放置 15～30 分钟后取出，连用 7 天为 1 疗程。主治滴虫性阴道炎。

●白萝卜汁、醋各适量。先以醋冲洗阴道，后用白萝卜汁擦洗及堵塞阴道，10 次治疗的治愈率达 95%。主治阴道炎（属于滴虫性）。注意忌房事及外阴卫生。

●大蒜头适量。大蒜头去皮洗净，捣汁后，浸湿消毒布条，睡前塞入阴道深处，放置 15～30 分钟后取出，连用 7 天为 1 疗程。主治阴道炎。注意忌房事，保持外阴清洁，经常更换内裤。

●远志细粉适量与医用甘油、明胶制成栓剂，每枚含远志生药 0.75 克，每晚先清洗外阴，然后将远志栓塞入阴道后穹窿处，每次 1 枚，至化验白带滴虫转阴为止。同时患者配偶按常规用量服用灭滴灵 1 周。解毒杀虫。主治阴道炎。

冲洗法

●苍术、百部、蛇床子、黄柏、苦参、连翘各 15 克，荆芥 10 克，枯矾 5 克，上槿皮 15 克。上药煎成 250 毫升，冲洗阴道，1 日 2 次，6 天为 1 疗程。主治阴道炎。

涂搽法

●黄连、黄柏、归尾、姜黄各 7.5 克，生地 30 克，黄蜡 50 克。上方以香油浸药二天，以文火熬枯去渣，再入蜡煎成膏。先冲洗阴道，以此药涂阴道壁，1 日 1 次，10 次为 1 疗程。主治老年性阴道炎。

坐浴法

●虎杖根 100 克。上药加水 1500 毫升，煎取 1000 毫升，过滤，待温坐浴 10～15 分钟，每日 1 次，7 日为 1 疗程。解毒杀虫。主治阴道炎。

●二花藤、蛇床子各 100 克，诃子、大黄、乌梅、甘草各 25 克。上药加水煎成 2～3 小盆，每次 1 小盆坐浴，且洗阴道内，1 日 1 次，7 天为 1 疗程。主治滴虫性阴道炎。

熏洗法

●十大功劳根 250 克。水煎冲洗阴道和外阴，每天 1 次，7 天为 1 疗程。清热杀虫。主治阴道炎。

●狼毒 30 克，苦参 30 克。煎水外洗，日 1 次。清热燥湿杀虫。主治阴道炎。

●蛇床子 15 克，瞿麦 15 克，大黄 15 克。煎水洗熏阴户。清热燥湿，杀虫止痒。主治阴道炎。

●白矾 15 克，蛇床子 15 克。煎水熏洗，日 1 次。清热燥湿，杀虫止痒。

主治阴道炎。

●苦参、半枝莲、蛇床子、地下、野菊花、地肤子各30克，黄柏、花椒各15克。加水1500毫升，煎取600毫升，乘热熏洗外阴部，每日2～3次。主治老年性阴道炎。

阴痒

阴痒是指妇女外阴部或阴道内瘙痒。亦称“阴蚀”、“阴门瘙痒”、“阴疮”等。多因湿热蕴结或肝肾不足、精血亏虚、血虚生风化燥或感染虫病等因素所致。症状为外阴或阴道内痒痛难忍，或时出黄水，痒痛有时波及肛门周围，或伴有不同程度带下。

治疗

西药

●急性发炎瘙痒剧烈时，可用 1%雷琐辛加 1%利凡诺溶液或 3%硼酸溶液湿敷，洗后局部涂擦 40%氧化锌油膏；慢性瘙痒可选用皮质激素软膏（可的松或醋酸肤轻松软膏）或 2%苯海拉明软膏、赛庚定软膏、苯唑卡因软膏、止痒软膏、糖锌软膏等外用涂搽。瘙痒严重时，可选服扑尔敏、苯海拉明、异丙嗪等药物。起到镇静和脱敏止痒的作用。

中药

●外阴瘙痒、白带量多者，可选用龙胆泻肝丸或愈带丸。

验方

●猪肝 60 克，马鞭草 30 克。将猪肝及马鞭草切成小块拌匀，用盖碗盖好，放蒸锅内蒸半小时即可食用。l 次顿服。解毒补虚。主治阴痒。

●蚤休、土茯苓、苦参各 15 克，黄柏、大黄、龙胆草各 10 克，萆薢 15 克。水煎服，l 日 1 剂。主治阴蚀。

●淮山、焦白术、生地、陈皮、茯苓、黄柏、蛇床子、炒枳壳、杜仲、鸡冠花各 9 克，银花 12 克。每日 1 剂，水煎服。主治外阴瘙痒症。

●京元参、细石斛各 15 克，姜川连 2 克，制半夏 8 克，云苓 15 克、龙胆草 4 克，粉萆薢 8 克，块滑石 20 克、炒川断 10 克，炒杜仲 10 克，生甘草 5 克，福泽泻 8 克。水煎，分 2 次服，每日 1 剂。主治湿热下注阴痒。

●生白芍 30 克，黄芩 18 克，香附、丹参、泽泻、甘草各 15 克，白芷、龙胆草、防风、车前子各 12 克，蛇床子 21 克，荆芥 10 克，水煎服。每日 1 剂，早晚分服。主治阴痒，湿热型。

●煅龙骨、牡蛎、枯矾各等份。上方共研细面，炼蜜为丸。日服 3 次。每次 9 克，开水冲服。主治外阴瘙痒。

●蛇蜕、蝉蜕各 250 克、蜈蚣 25 克。上药共研末，早晚用白开水送服，每次 10 克。主治女阴白斑。

●蛇蜕、蝉蜕、蜈蚣各 250 克。上药共研细末。每服 6 克，早晚各 1 次。主治女阴白斑。

●黄芪、丹参、当归、菟丝子、仙灵脾，白蒺藜各 3 克，白藓皮 4 克，木香 0.2 克。共研细末，做蜜丸或煎汤剂（上为一日量）。主治女阴白斑。

●杏仁 9 克，豆浆适量。甜杏仁冲入豆浆内服。主治外阴白斑。忌食辛辣。

●黄芪 16 克，当归、党参、赤芍、射干、珍珠母各 13 克，补骨脂，生地、麦冬、知母、泽泻各 10 克，桂枝、黄柏、木香、甘草各 6 克。水煎，日 1 剂，早晚分服。气滞血瘀型加三棱、莪术、丹参各 13 克：湿热下注型加连翘、白头翁各 10 克；气血两虚型加圆肉 10 克，大枣 3 枚。并配合外敷剂、外洗剂，l 月为 1 疗程。主治外阴白色病变（外阴营养不良）。

敷贴法

●地龙 3～4 条，葱数根，蜜适量。地龙、葱分别炙干，共研细末，蜜适量煮成膏，将药搅匀，敷于患处。主治阴疮。

●葱白 30 克，乳香 12 克。乳香研细末，与葱白共捣如泥，摊涂砂布上外贴，每日更换 1 次。主治阴疮。

●儿茶 10 克，冰片 3 克，乙蔗酚 0.2 克，凡士林 100 克。将儿茶、冰片研细成粉。加乙蔗酚、凡士林调制成软膏备用。用时先将患部清洗干净，对坏疽型溃疡应清拭伪膜。对较深溃疡宜先喷儿茶冰片粉剂，再涂敷以软膏，纱布覆盖；粟粒型溃疡宜先将软膏涂于纱布上，再贴患处，主治外阴溃疡。敷药同时可适当辅以抗生素和维生素类药物治疗。

●珍珠 1.5 克，轻粉 3 克，炉甘石 9 克（水飞），冰片 1.5 克。上药研细末，调制成油膏，外敷患处。主治外阴溃疡。

坐药法

●大蒜 1 头。将大蒜捣烂成糊状。酸纱布塞入阴道，15 分钟后取出。如觉辣得厉害，可以适当冲淡大蒜糊后再用。杀虫止痒。主治阴痒

●雄黄 10 克，玄明粉 4.5 克，樟脑 1.5 克，蛇床子 12 克，青黛 4 克，冰片 2 克，老颧草 12 克，硼砂 9 克。上药共研面，装入胶囊，每晚塞人阴道 1 粒，12 天 1 疗程。主治虫积阴痒。

●蛇床子 50 克，明矾少许，蜂蜜适量。前 2 味药研细末，蜂蜜调为丸，每丸 6 克，外用纱布包裹，系上一线，塞入阴道，每天 1 次，连用 5 个晚上。连用 3～6 天，每日 1～2 次。每洗完后均应换短裤。主治阴痒。

●苦参、生百部、蛇床子、木槿皮、土茯苓、鹤虱、白鲜皮、虎杖根各 30 克，川黄柏、川花椒、地肤子、龙胆草、明矾、五倍子各 20 克。上药加水 2500～3000 毫升，煮沸后 10～15 分钟。用干净纱布滤去药渣，将药液放入干净的盆内，趁热坐于盆上熏蒸阴道和坐浴外洗，最好同时用干净纱布蘸盆中药液，轻轻擦洗外阴及阴道壁。每日 1 剂。早晚各熏洗 1 次，每次约 20～30 分钟，10 天为 1 疗程。

●杏仁 50 个，枯矾、硫磺各 3 克，雄黄粉 1.5 克，白芨末 10 克，杏仁捣烂为泥，加入诸药。外阴痒则外涂，阴内痒则以干净纱布包药纳入阴道之中，24 小时后取出。一般 1～2 次即可。主治外阴瘙痒症

●苦参子 60 克。上药研末，每日温开水冲服二次，每次 0·3 克；早晚各放一粒苦参子于阴道中。主治外阴瘙痒症

●苦杏仁 100 克，麻油 450 克，桑叶 150 克。将杏仁炒干研成粉末，用麻油调成稀糊状，用时先以桑叶加水煎冲洗外阴，阴道冲洗后用杏仁油涂搽。每日 1 次，或用带线棉球蘸杏仁油塞入阴道，24 小时后取出，连用 7 天。主治阴痒。忌吃葱姜，辣椒等刺激性食物。

●生百部根 15 克，蛇床子 15 克。共研为细面。用甘油或凡士林调成硬膏，分为 4 份，每用 1 份，纱布包两层，用针线缝好，慢慢纳入阴道内，将缝线头拴在裤带上，过 1 小时左右，不痒时取出。每日晚上用之，久用显效。解毒燥湿，杀虫止痒。主治阴痒。

●苦杏仁 100 克，麻油 450 克，桑叶 150 克。先将苦杏仁研成粉末，用麻油调成稀糊状。用时将桑叶加水煎汤冲洗外阴、阴道，然后用杏仁油涂搽，每日 1 次，或用带线棉球醮杏仁油塞入阴道，24 小时后取出，连用 7 天。功效清热散风止痒。主治阴痒

坐浴法

●黄柏、甘草各 100 克。上药水煎，适温时坐入药水中，1 日 1 次，每次 30 分钟。主治外阴白斑阴痒。

●蛇床子、白鲜皮、地肤子各 15 克，黄柏 10 克，秦皮 6 克，川椒 5 克，薄荷 3 克，枯矾 12 克。过敏、慢性湿疹加苍耳子 15 克；外阴溃破者减枯矾，加徐长卿 15 克；霉菌性阴道炎加野菊花，葎草各 30 克：滴虫性阴道炎加铁苋菜 30 克，百部 15 克；宫颈糜烂加千里光、艾叶各 30 克。上药水煎，坐浴。每日 1～2 次，每次 20～25 分钟。10 天为 1 疗程。主治阴痒。

●苦参 30 克，蛇床子 15 克，大黄 12 克，黄柏 12 克，黄精 10 克，煎汤坐浴。主治外阴瘙痒。

●蛇床子、地肤子、蒲公英、白藓皮、鹤虱、补骨脂、川椒各 15 克，甘草、硼砂各 6 克。上药加水煎成药液，倒大盆中，加水调适温度，坐浴患处。每日 1～2 次。主治女阴白斑。

熏洗法

●葱白 21 克，火硝 6 克。水煎乘热薰洗。宜先熏，待温后蘸洗。主治阴痒。

●绿茶 25 克，苦参 150 克，明矾 50 克（研末）。加水 1500 毫升，煮沸 10 分钟，温洗患处，第二次可再煮沸 15 分钟，然后再洗。每日洗 1 剂。主治阴痒。

●川椒、大茵香、乳香、没药、降香未各 20 克，上 5 味研细末，用于面粉和匀，用时以高粱酒少许调湿，摊于纱布上，置于痛处，上用热水袋热熨，l 日 2 次，10 天为 1 疗程。主治盆腔炎（属慢性有包块者）。

●冬瓜仁 20 克，粳米 60 克，槐花 9 克，薏苡仁 30 克。先把槐花冬瓜仁加水煎汤，去渣后再放入薏米，粳米同煮成粥。每天 1 剂，共服 7～8 次。主治盆腔炎。

●苍耳子、艾叶、苦参、蛇床子、荆芥、薄荷各适量。取药用卫生纸敷于外阴或塞入阴道，每日 1 次。主治阴蚀、阴痒、带下病。个别患者有过敏反应，停药 1～2 日自行消失。

针刺法

●毫针主穴：中极、关元、复溜、阴陵泉、三阴交。配穴：肝经湿热加带脉、曲骨、足临泣；肝肾阴虚加血海、肾俞、照海。用泻法或平补平泻法，留针 20～30 分钟，每日 1 次，10 次 1 疗程，疗程间隔 3～5 天。主治阴痒

●梅花针下腹部、腹股沟，重点叩打腰、骰部、期门、三阴交。中度或较重刺激，每日 1 次，7 次 1 疗程，疗程间隔 5 天。主治阴痒

妇女更年期综合症

妇女更年期综合症是指妇女在 40～50 岁期间，因卵巢功能衰退直至消失，引起内分泌失调和植物神经功能紊乱的症状。是因雌激素减少而致。此病初期有失眠，乏力，头痛，食欲减退，精神恍惚，工作效率下降等症，继而出现健忘，忧郁、烦燥、潮热、出汗、头晕、头痛，易激动，易猜疑，月经稀少且不规则等症状。

治疗

验方

●淮小麦、红枣、珍珠母各 30 克，炙甘草 5 克，枸杞子 12 克，石决明 12 克，当归 10 克，仙灵脾 10 克，紫草 15 克。每日 1 剂，水煎服。主治更年期综合症。

●仙灵脾 15～20 克，当归 10 克，栀子 10 克，珍珠母 30 克，紫草 15 克（后入）。每日一剂水煎服。主治更年期综合症。

●仙灵脾、制香附、炒当归各 10 克，生地、紫草、桑寄生、生麦芽、钩藤各 15 克（后下）每日一剂，水煎分二次服。主治更年期综合症。

●黄芩、杭菊、炒枣仁各 9 克，生地、白芍、女贞子各 12 克，生龙齿 30 克。每日一剂水煎服。主治更年期综合症。

●炙甘草 6 克，大枣 6 枚，柴胡、姜半夏、黄芩、黑山栀各 9 克，仙灵脾 12 克，党参 15 克，浮小麦 30 克，珍珠母 30 克（另包，先煎）。每日一剂水煎服。主治更年期综合症。

●生地、熟地、茯苓、山药、首乌、仙茅各 12 克，泽泻 9 克，山萸肉 9 克，丹皮 6 克。每日一剂水煎服，主治更年期综合症。

●黄芩、生地、熟地、川芎、当归、赤芍、白芍、桑叶、菊花、女贞子、枣仁、枳壳、旱莲草、香附、五味子各 10 克，黄莲 3 克。每日 1 剂，水煎服。主治更年期综合症。

●黑木耳、黑豆各 30 克。共研末，每日 2～3 克，每日 1～2 次。补肾。主治更年期综合症。

●枸杞子 30 克，姜皮 3 克，大枣 10 个。水煎服，每日 2 次。补肾养血。主治更年期综合症。

●生百合 50 克，蜂蜜适量。两者拌和，临睡前适量服之。清心安神。主治更年期综合症。

●赤小豆 20 克，红米 30 克，红枣 20 枚。三味共煮粥食用。养心安神。主治更年期综合症。

●炒枣仁 12 克，柏子仁 15 克，珍珠母 20 克。珍珠母加水先煎 20 分钟，后入前二味再煎 15 分钟。头二煎分服。安神养心。主治更年期综合症。

●猪皮 60 克，大枣 10 克。将猪皮洗净切块，红枣洗净一起装入瓷罐内，隔水炖熟分食之，1 日 2～3 次。健脾补肾。主治更年期综合症。

●百合 10 克，莲子 10 克，丹皮 15 克。共研末，每次 2～3 克，每日 2 次，黄酒送服。清热健脾，清心安神。主治更年期综合症。

●枸杞子 15 克，甘菊花 12 克。二药放保暖杯中，沸水冲泡，加盖焖 20 分钟，频频饮用。清肝补血。主治更年期综合症。

气功疗法

●预备势：自然站立，两脚与肩同宽，两臂轻垂于体侧，呼吸自然缓慢，

全身放松，头正颈正，目光内敛，神态安详，意念自己风华正茂时形象，面含微笑。服气：意念入静，然后开始深呼吸，鼻吸口呼。服气时提会阴、缩肛，缩肾、耸肩，徐徐举踵，头微抬，颈徐伸，胸部舒展，小腹自然鼓起，大量吸纳新鲜空气。当气快吸足时，两肩向后仰，加深吸气。然后缓缓呼气，同时脚跟徐徐下落并屈膝，身体渐渐前倾（约 45°），小腹微收，两手下垂于身前，使体内浊气尽量吐出。以上为一息，共做 8 息，然后恢复自然站立。虚静：接上势，以意念配合呼吸导引全身肢体、内脏放松入静。即吸气时默念“静”，呼气时默念“松”，意念从头至脚，尤其是小腹部放松。如此导引 8 息，身心渐趋虚静境界。抖动：接上势，将膝微微上屈，腰部轻轻发力，意念由小腹开始颤动，带动全身内脏和肌肉作有弹性而松软地抖动，频率每分钟不应少于 164 次，这样才能对血脉和腺体起“震荡”作用，抖动要治然自得，自感越抖越松，疾病全被一“抖”而光，浑身舒畅。如此抖 1～3 分钟，然后渐渐停止，恢复直立姿势。转肩：接上势，做一次松静呼吸。然后再屈双膝，两臂自然下垂，嘴微微张开，开始做左右转肩。左肩向前下方，右肩向后上方，腰渐渐向右转，使左肩转左前方 60°；然后如上法左肩峰向下划半圆，右肩峰向后上划半圆，至双肩平时，再反方向转肩，即右肩向前下方，左肩向后上方，腰渐向左转，使右肩转至右前方约 60°。以腰扭动带支双肩做各自反方向划圆的转肩动作，左右各转 8 次。收功：接上势，双手合十举过头顶，举踵吸气，随呼气双掌呈拜佛状下落，至小腹前分开两侧而收势，全功结束。全套功法需 8 分钟左右，每日练 2～3 次。

辅助疗法

●摩甲状腺：先将两手互相搓热，再以两手搓颈前甲状腺部位两侧各 36 次。能促进甲状腺的血液循环，改善其分泌功能。

●搓肾区：搓热两手，擦两侧肾区，各擦 36 次，用力稍重。此式能促进肾上腺功能，并能温煦命门。

●和带脉：自然盘坐，两手推握，上身自左而右转 16 次，再自右而左转 16 次，转时尽量向前探胸，探胸时吸气，回复时呼气。此式因在探胸旋转时能活动小腹内的卵巢，可改其分泌和血液循环。

注意事项

保持思想开朗，情绪乐观和稳定，要坚持适当的体育锻炼，多参加户外活动。多参加文娱活动，怡养身心，培养多方面兴趣，以分散集中于各种不适症状的注意力，并能防止与克服孤单、寂寞造成的抑郁焦虑感。适度安排性生活。对兼有高血压、心脏病等病症患者，应参考相应病症治疗的功法进行锻炼，或改变呼吸方法和意念活动，以增强治疗效果，防止因练功不当而致他变。

妊娠呕吐

妊娠呕吐是指妊娠早期（3 个月之内）出现厌食、流涎、恶心、呕吐，甚至汤水不进等现象。轻者不必治疗，可自行缓解。

治疗

验方

●糯米 30 克（1 次量）。按常法煎汤饮，每日 4 次。补中益气止呕。主治妊娠呕吐。

●黄连 30 克，紫苏 30 克。上药共研细面，每次服 1 克，每日服 3 次。疏肝和胃，清热止呕。主治妊娠呕吐。

●枇杷叶 15 克，伏龙肝 60 克，生姜 5 片。水煎服，每日 1 剂。清热和中止呕。主治妊娠呕吐。

●韭菜 200 克，鲜姜 200 克，白糖 25 克。将韭菜、生姜切碎，捣烂取汁，用白糖调匀饮汁。温中行气，和胃止呕。主治妊娠呕吐。

●萝卜籽、鲜姜、柚皮各 15 克。用水 500 毫升，煮成 250 毫升后服，每日 1 剂。温中行气，和胃止呕。主治妊娠呕吐。

●活大鲫鱼 1 条（约 500 克），用黄胶泥包着烧熟食之。健脾和中止呕。主治妊娠呕吐。

●鲜芹菜根 10 克，甘草 15 克，鸡蛋 1 个。芹菜根、甘草先煎汤，水沸后打入鸡蛋冲服。养阴和中止呕。主治妊娠呕吐。

●乌梅 10 克，细辛 1.5 克，川椒 1.5 克。沏水代茶饮。和中止呕。主治妊娠呕吐。

●牛奶 250 克，韭菜末 10 克。牛奶煮开，调入韭菜末，温服之。和胃温阳，调中止呕，主治妊娠呕吐。

●甘蔗汁 250 毫升，生姜汁 10 毫升。混合代茶饮。和胃止呕。主治妊娠呕吐。

●雪花梨 1 个。将丁香 15 粒塞入梨内，密封蒸熟，吃梨。养阴和胃止呕。主治妊娠呕吐。

●鸡内金 60 克。炒焦，研粉，日服 2 次，每次 5 克，米汤送服。和中止呕，消积化滞。主治妊娠呕吐。

●新鲜苹果皮 60 克，大米 30 克。将大米炒黄，与鲜苹果皮、水同煮，代茶饮。和中止呕。主治妊娠呕吐。

敷脐法

●丁香 15 克，半夏 20 克，生姜 30 克。丁香、半夏共为细末，以生姜煎浓汁，调为糊状，取适量涂敷脐部，外盖纱布，并用胶布固定。每日 1 次，连用 3 天。主治各型妊娠呕吐。

●生姜 6 克。将生姜烘干，研为细末，过筛，以水调为糊状，敷脐，外用伤湿止痛膏固定。每日 1 次，连用 3 天。主治各型妊娠呕吐。

贴脐法

●半夏 15 克，砂仁 3 克，波蔻 3 克，生姜汁 1 小杯。将前三味药碾成细末，以生姜汁调和药末如糊状备用。临用时先用生姜片擦患者脐孔发热，再取药糊涂敷于脐孔上，外以纱布覆盖，胶布固定。每天涂药 3～5 次，干后再涂，须频换涂药，疗效方佳。主治妊娠恶阻肝胃不和型。

●炒白术 2 克，砂仁 1 克，半夏 1 克，生姜 30 克。将前 3 味研为细末，

用药末与鲜生姜 30 克共捣融如膏，贴于脐部，外用胶布封固。每 2～3 天换药 1 次，每天用热水袋热敷 15～20 分钟，主治妊娠恶阻脾胃虚弱型，症见恶心呕吐不食，或呕吐清涎，神疲思睡，舌淡苔白，脉缓滑无力。

●苏叶、黄芩、半夏各 3 克。将前 3 味研为细末，竹茹煎汁调药面于脐部敷贴，外用胶布封固，每日换药 1 次，连用 3 天。主治妊娠恶阻。

艾灸法

●上脘、建里、间使、足三里等穴。按艾炷隔姜灸法施术。每次选用 2～3 个穴位，每穴每次施灸 3～5 壮，艾炷如黄豆或半个枣核大，每日灰治 1 次，3 次为 1 个疗程。主治妊娠呕吐。注意勿烧伤皮肤。

●上脘、建里、间使、足三里等穴。按艾卷雀啄灸法操作施术。每日灸治 3 次，每穴每次灸 5～10 分钟。主治妊娠呕吐。注意勿烧伤皮肤。

●中脘、天突、巨阙、内关（双）、神门（双）、足三里（双）等穴。按药物艾卷温和灸法施灸，先将苍术 30 克研为细末，再将陈艾叶 250 克揉搓成细绒，两者混匀，制成长 20～25 厘米，直径约 1.2 厘米的艾卷，备用。施灸时取艾卷点燃灸上述穴位，每日灸治 1 次，以施灸穴位的皮肤呈潮红色，患者感到局部温热舒适为度。主治妊娠呕吐。一般用此法 3～7 次治疗均可痊愈。

●间使穴。按艾卷灸法操作施术。每日 2～3 次，每次 15 分钟。主治好娠呕吐。此法按艾卷温和灸法操作，艾卷距皮肤的距离 3 厘米。

男性科疾病

慢性前列腺炎

慢性前列腺炎为男性成人极为常见的疾病，多由急性前列腺炎或慢性尿道炎，前列腺肥大，会阴肿损伤，尿潴留等因素所致。表现为下腹或腰脊酸痛，尿频、尿急、尿痛，偶有尿道分泌物，严重者可有阳痿、遗精，早泄等症状。

治疗

西药

●慢性前列腺炎的治疗主要使用抗生素，可选用红霉素、复方新诺明、氯霉素、先锋霉素、强力霉素、氨苄青霉素、四环素以及利福平与 TMP 联合等。前列腺肥大者，可选用己烯雌酚、克念菌素和安尿通等药治疗。

中成药

●尿沥不尽、面色苍白、手足冷、舌质淡者，可选用济生肾气丸或治浊固本丸。口干欲饮、躁动不安、五心烦热、便结、舌红者，可选用六味地黄丸。

验方

●芡实，金樱子各 30 克，黄柏 20 克，苍术 5 克，牛膝 10 克。水煎服，日 1 剂。清热利湿，固精。主治前列腺炎。

●肿节风（九节茶）60 克。每日煎水代茶，新癀片（肿节风为主制剂）每次 4 片，饭后服，每日 3 次。解毒消肿，抗癌。主治前列腺癌。

●生地 12 克，丹皮 9 克，滑石 12 克，龙胆草 10 克，竹叶 10 克，木通 9 克，黄芩 10 克，当归 10 克，车前子 12 克，菟丝子 10 克，泽泻 10 克，阿胶 10 克，瞿麦 10 克，柴胡 10 克，甘草 10 克。水煎服，每日一剂。主治前列腺炎。

●鲜韭菜 30～60 克，粳米 100 克，食盐少许，将韭菜洗净、切碎；先煮粳米为粥，待粥熟后，加入韭菜、食盐少许，同煮成粥。每天 1 次，1 周为 1 疗程。阴虚内热者禁服。主治慢性前列腺炎。

●莲子肉、益智仁、龙骨各等份。将莲子肉、益智仁、龙骨研为细末。每次服 6 克，空腹用清米汤调服，每天 1 次，1 周为 1 疗程。主治慢性前列腺炎。

●赤小豆 60 克，车前草 150 克，将赤小豆，车前草共煎水，当茶饮。3～5 天为 1 疗程。主治前列腺炎。

●冬瓜 500 克，食盐少许。将冬瓜按常法炒菜吃，加食盐少许。吃冬瓜，喝汤，每天 2～3 次。

●地龙、虎杖、穿山甲、莱菔子各 20 克，木通、车前子各 15 克，黄芪 30 克，甘草 10 克。水煎服，每日 1 剂。主治慢性前列腺炎。

●大黄（锦纹）、半夏各 10～15 克，琥珀粉 5～10 克。前 2 味水煎成 200 毫升，用 100 毫升冲琥珀粉，1 次服下，每日早晚各服 l 次。主治慢性前腺炎。初用本方，药量从轻到重，因人而异，服甲前 3 剂时大黄用 10 克，如大便不超过 2 次，大黄可用至 15 克。

●玄参、生地各 15 克，阿胶（烊化）、黄柏，车前子（包）、乳香、没药各 10 克，蒲公英、紫草各 20 克。日 1 剂，水煎分 2 次温服，15 剂为 1 疗程，疗程间隔 3 日，一般用药 3 个疗程为限。主治前列腺炎。

敷贴法

●麝香 0.15 克，白胡椒 7 粒。上药分别研末，洗净脐部，常规消毒。先把麝香纳入神阙穴，再用白胡椒填满，盖上塑料薄膜；胶布固定，四周不能透气，7～10 天换药 1 次，10 次为 1 疗程，疗程间隔 5～7 天。主治慢性前列腺炎。

●麝香 0.15 克，白胡椒 7 粒。上方分别研细末为 1 次药量，用时先以温水将肚脐洗净擦干，将谢香粉倒入脐内，再把胡椒面盖在上面，后盖 1 张圆白纸，外用胶布固定，四周贴紧，以免药粉漏出，每隔 7～10 天换药 1 次，10 次为 1 疗程，每疗程间休息 5～7 天。主治慢性前列腺炎。

●葱白 200 克，硫黄 20 克。上方共合捣烂成糊状，敷脐部，上用热水袋熨之，熨 1 小时后，再将药糊熨膀胱区。主治老年性前列腺炎。小腹胀痛，小便不利或尿闭。

●王不留行 150 克，天竺黄 100 克，土贝母 100 克，没药 100 克，蜂房 50 克，虎杖 100 克。上方用 4000 毫升的水浸 2 小时，煎 30 分钟，取滤液，再加水复煎 1 次，两次滤液混合，浓缩成稠液，加益智粉 100 克，烘干压粉，装瓶备用。用时每次取药粉 100 毫克，放入脐中，上压一干棉球，胶布固定、24 小时换药 1 次，用 5 天停 2 天，2 周为 1 疗程，连用 1～4 疗程。主治前列腺肥大所致小便不畅、夜尿次数多，尿后余沥不尽。

●田螺 1 个，冰片 0.5 克。将冰片放田螺内取水，滴脐眼内。主治前列肥大所致的尿闭。

●丁香 2 克，肉桂 2 克，石菖蒲 5 克。上方共研细末，放脐窝内，滴白酒数滴，外盖纱布，胶布固定，每日换药 1 次。主治前列腺肥大性尿潴留。

坐浴法

●川乌头、草乌头、细辛各 20 克，白芷、乳香、没药、苏木、皂角刺各 15 克，艾叶、肉桂各 30 克。上药加水 3000 毫升，煎至 1500～2000 毫升。先熏后浸泡会阴部。早晚各 1 次，每次 20～30 分钟。每剂药用 2 天，3 剂为一疗程。主治慢性前列腺炎。

●独活、白芷、当归、甘草各 9 克，葱头 7 个。上药煎汤坐浴会阴部，每次 20 分钟，每日 2～3 次。主治慢性前列腺炎。

●鱼腥草 30 克，青萝卜 1 个，鲫鱼 1 条。把青萝卜切成小块，鲫鱼捣烂同鱼腥草一同煎煮，待沸后 3～5 分钟，将药倒入小口容器内，用干净布料盖好容器口，扎紧，生殖器靠近布料薰蒸。一般 2～3 次即愈。主治前列腺炎。

●白芷、萆薢各 30 克，甘草 5 克。上药煎液一盆，坐盆内浸至肚门及小腹，用手按小腹至外阴部，以有温热感为度，水凉加温，每次坐浴半小时，每日 1 次，1 月 1 疗程。主治前列腺炎（湿热型）。

灌肠法

●地锦草、公英、地丁各 30 克，茅根、石苇各 20 克，皂刺 12 克，穿山甲 9 克。上药加水煎成 150 毫升（40°C）保留灌肠，每日 1 剂，连用 1 月。主治急性前列腺炎（湿热下注型）。

●5%连素、大蒜液各 40 毫升。上药混合后缓慢灌肠，灌完后令患者坐起 3～5 分钟，以免药液流入结肠。然后仰卧位，腰部垫高 10 厘米，在肛门处放 200～250 平方厘米的电极与阳极相连,耻骨联合上放同样电极与阴极相连，电流强度 10～25 毫安，每次 20 分钟，l 日 1 次，12 次 1 疗程。休息 3～5 天后第 2 疗程。主治慢性前列腺炎。

阳痿

阳痿又称“阴痿”、“筋痿”。是指男子虽有性欲要求，但生殖器举而不坚或萎软或坚不持久，常伴有早泄的一种病症。本病多因房事过度或有少年手淫史及惊恐紧张或久病体弱等原因所致。主要表现为阳事不举或举而不坚或坚不持久或精液清冷，伴有精神不振，腰膝酸软无力等症。

治疗

验方

●雄蚕蛾 2 个。将雄蚕蛾焙焦研为细末，开水 1 次冲服，1 日 2 次。连服 3 日为 1 疗程。主治阳萎。

●熟附片 10 克，上肉桂 8 克，补骨脂 15 克，红参 5 克，阳起石 15 克，锁阳 10 克，巴戟天 15 克，仙茅 10 克，菟丝子 15 克，仙灵脾 15 克。上药加水适量浸泡 30 分钟，煎 30 分钟，每剂煎 2 次，兑后早晚各服 1 次。

●金樱子 30 克，淫羊藿 9～12 克，菟丝子 30 克，破故纸 9～15 克，熟地 20 克，肉苁蓉 15～24 克，川断 15 克，党参 15 克，狗脊 15 克，仙茅 9 克，枸杞子 12 克。每日 1 剂，水煎服。气虚加黄芪 20 克；腰痛加黄精 20 克，桑寄生 15 克，乌药 10 克；早泄加牡蛎 15 克，山萸肉 7 克，五味子 10 克；脾虚加淮山 15 克，云苓 10 克。主治阳痿。

●蜈蚣 18 条，当归、白芍、甘草各 60 克。将当归、白芍、甘草研细、过 90～120 目筛，然后将蜈蚣研细与上药混匀，分 40 包。每日早晚各服半包至 1 包，空腹时白酒送服。治疗期间忌食生冷、避免气恼。主治阳痿。

●牛鞭 1 根，韭菜籽 25 克，淫羊藿 15 克，菟丝子 15 克。将牛鞭置瓦片上文火焙干，磨细；淫羊藿加少许羊油，置于铁罗内用文火炒黄（不要炒焦）；再加韭菜籽、菟丝子，磨成细面，然后将上药混匀后装瓶备用。每天晚饭后用黄酒冲 1 匙，或将 1 匙药粉加入蜂蜜为丸，用黄酒冲服。补肾壮阳。主治阳痿

●对虾 1 对，白酒 250 克。将鲜大对虾洗净，放入酒罐中；加盖，浸泡 7 天即成。每日服 2 次，每次服 10～15 克。补肾壮阳。主治性机能减退、阳痿等症。

●仙灵脾 250 克，将药切碎，用白市袋盛，用白酒 1000 毫升浸，密封 3 日后开取，每日 3 次，每次空腹饮 1 杯。补肾壮阳。主治阳痿、早泄。

●复盆子、韭菜籽各 150 克，黄酒 1500 克。将以上两药炒熟、研细、混匀，浸黄酒中 7 天，每日喝药酒 2 次，每次 100 克。补肾、固精、壮阳。主治阳痿、精少。

●鹿肉、大米适量。将鹿肉洗净，切片，与淘洗净的大米同煮成粥，加入少许盐熬煮即成，可常服食。补肾填精。主治阳痿，遗精，肾虚腰痛等症。

●羊外肾（即山羊或绵羊的睾丸）2 个，糯米适量。将羊外肾洗净血液，悬通风处凉干，然后与糯米煮粥食之。补肾壮阳。主治肾虚腰痛，遗精，阳痿等症。

●乌龟头及颈 1 个。将乌龟头、颈洗净晒干，放在瓦片上焙枯，研细末。拌于面条中，同时放葱、蒜适量，同食之，每天 1 次，连食 5 天。补肾。主治阳痿。

敷贴法

●小茴香、炮姜各 5 克。共研末，加食盐少许，用少许人乳汁（或用蜂

蜜或鸡血代）调和，敷肚脐，外用胶布贴紧，5～7 天换 1 次药。主治阳痿不举。若见早泄遗精者加龙骨、五倍子各 4 克，以收涩止泄。

●黑附子 45 克，穿山甲 3 克，硫黄 6 克，阿片 1.5 克，麝香 0.1～0.3 克。把附子、穿山甲、硫黄，研为细末过筛；加酒 150 毫升，调整成稀糊状，倒入锅内，用文武火煎至酒干，取出药末，加阿片、麝香末调均匀，再研 1 遍，装瓶贮备。临症取药适量，用酒或蜜调成膏，制成黄豆大的药丸，放在纱布上，敷神阙穴，外用胶布固定。1～2 日，换 1 次药，连敷 10 天为 1 个疗程。主治命门火衰型阳痿。方中阿片、麝香末切记后放。

●苍术、萆薢、黄连、黄柏各 10 克。将苍术、萆薢烘干共研为细末，取药粉 3 克，用黄连、黄柏煎汁调敷，外用胶布固定。2 天换 1 次。主治湿热下注之阳痧。症见阴茎萎软、下肢酸困，小便短赤，舌质红，苔黄腻，脉滑数者。命门火衰之阳痿忌用。

●木鳖子 5 个，桂枝、狗骨各 3 克，花椒、干姜各 30 克。取以上五味药共研细末，用少许人乳（或蜂蜜代）调成糊状，敷于肚脐，盖上纱布，外加胶布固定，3～4 天换药 1 次，7 天为 1 疗程。主治肾阳虚衰之阳萎，症见腰膝酸软，形寒肢冷，小便清长，舌淡胖，脉沉弱者。

●蟾酥 3 克，麝香 0.5 克，急性子 15 克，阿片 3 克，葱白适量。先将蟾酥、急性子、阿片共研为细末，加入麝香，再研极细，滴水和成丸药 1 粒，用葱白捣融包裹，外用湿纸再包 1 层，放炭火中煨 3～5 分钟，取出换纸，再包再煨，反复 7 次，去纸和葱，将药制丸，如绿豆大。睡前取药丸 3 粒，用白酒化开，涂于曲骨穴和阴茎头，每晚 1 次，有速效。主治命门火衰之阳痿。

●急性子、蛇床子、菟丝子各等量，熟附片 3 克，蟾酥 3 克，元寸 0.3 克。先将 3 子和附片研成末，再加入蟾酥、元寸再研至极细末，以黄酒调和成糊备用。临症，将药糊分别涂敷于患者脐中穴（神阙）、曲骨穴上，外用纱布覆盖，胶布固定，每日换药 1 次，15 天为 1 疗程。主治阳萎不举。药粉以黄酒调糊。局部起泡者用龙胆紫涂。

●急性子 30 克，天竺黄 30 克，蜈蚣 10 条，炮山甲 10 克，元寸 0.5 克，面粉适量，黄酒适量。将前五味药混合研末，加入面粉适量拌匀，再将煮热的黄酒倒入，调和制成 2 个药饼，l 个贴脐，另 1 个贴曲骨穴，盖以纱布，胶布固定。主治阳痿不举，腰膝酸软，畏寒肢冷，气短乏力，脉细微者。

●阳起石、蛇床子、香附、韭子各 3 克，土狗（去翅去足煅）、大枫子（去壳）、元寸、硫黄各 1.5 克。上药共研为细末，炼蜜为丸如指顶大。同床前 1 小时以油纸护贴肚脐上，外用绢带固定，房事毕即去药。主治阳痿临事不举者。

●附子、天雄、川乌各 6 克，桂枝、官桂、桂心、干姜、细辛、川椒各 60 克。共切片，用麻油浸（春天浸 5 天，夏天 3 天，秋天 7 天，冬天 10 天），煎熬后去渣，过滤净后再煎，致徐徐下黄丹不住手搅，滴水不散为度，摊膏贴敷。临症，加鸦片少许于膏上，贴脐中及丹田处。主治肾阳虚衰之阳痿。

●炙黄芪、五味子各 6 克，元寸 0.3 克，大附子 1 个，穿山甲 2 片，硫黄 3 克。共研细末，放入 250 毫升白酒中，微火煮干，取出捣烂成膏。临症，将元寸放入脐中，将药贴在脐中。包扎固定。3 天取下，间隔 10 天贴药 1 次。主治虚症阳痿。

●蛇床子、五味子各 60 克，元寸 3 克，冰片 10 克。共研细粉，取药粉 1 克，用适量的凡士林调和成膏，涂在软塑料纸或纱布上，贴于脐中，外用

胶布固定，每天换药 1 次，7 天为 1 疗程，休息 5 天，再行第 2 疗程。主治虚症阳痿。不可久用，以防产生耐药性，用药不要超过两个疗程。②起效后要节制房事，并口服补肾强精药，以巩固疗效。

●凤仙花子 15 克，阿片 3 克，元寸 0.3 克，葱白适量，蟾酥 3 克。先把凤仙子研为细末，过筛；加阿片、蟾酥，元寸调均，再研更细，加大葱捣为丸，如黄豆大，阴干后用白酒化开，涂在敷料上，贴在脐中、曲骨即可，每晚 1 次，直至病愈。主治阳痿属虚者。

●葱白 10 根。葱白捣成糊，稍加热填脐中，4 次用完。每日早晚各 1 次。主治寒邪所致之阳痿。

●大附子 1 个（约重 45 克），阿片 15 克，穿山甲 3 克，硫黄 6 克，元寸 0.3 克。先将大附子挖去内部，成一空壳，将挖出的附子末和其它 3 味药混合粉碎为末，填入附子壳内，用好酒 250 毫升，放锅内把附子煎煮，煎熬致酒干，将附子取出，和元寸混合，捣为膏，每次取约黄豆大的一块药膏填入脐中，外用胶布固定。3 日换药 1 次，主治虚症阳痿。如在填脐同时，用药膏（如黄豆大）贴曲骨穴，将会提高疗效。

●蛇床子、菟丝子各 10 克，淫羊藿 15 克。诸药共研细末，取 6 克加食盐少许，用人乳汁或羊乳汁调成糊状，敷于肚脐，外用胶布固定。用热水袋熨之约 30 分钟，每晚 1 次。2 天换 1 次药。主治命门火衰之阳痿。

●白胡椒 3 克，制附片 6 克，明雄黄 6 克，小麦粉 15 克，大曲酒适量。先把 3 味药研末，再与小麦粉拌匀，后将大曲酒炖热倒入。调和做成小药饼，将药饼敷于脐部，用热水袋熨之。如无热水袋，可用炒食盐或炒细砂 500 克，用厚毛巾包裹熨之亦可。待腹内感觉温暖时，可去掉热水袋，炒盐或炒砂袋。等脐部有痒感时，方可去掉药饼。主治阳痿，性欲减退，腰酸神疲者。

●阳起石 4 克，淫羊藿 4 克，鹿茸 0.6 克，鲜黄狗肾（不去血）1 具。前 3 味药共研细末，再与黄狗肾同捣如泥，敷于脐部。盖以塑料布，外用胶布固定，每晚以热水袋熨之。2 天换 1 次药。主治用于阳萎，腰膝酸软，头晕目眩，形寒肢冷，舌淡苔白，脉沉细尺弱者。

●白蒺黎、细辛、生硫黄各 30 克，吴茱萸 15 克，穿山甲 10 克，制马钱子 10 克，冰片 5 克。共研末，用取 3 克津调敷脐，胶布固定，用热水袋熨之。2 天换 1 次药。主治虚症阳痿及实症阳痿。

●五灵脂、白芷、青盐、生硫磺各 6 克，元寸 0.3 克，荞麦面适量，前五味共研细粉，加荞麦面水调成饼，敷脐上，外用胶布固定，用热水袋敷之。约 15～30 分钟。每 3 天换药 1 次。主治肾阳亏损之阳痿。

●巴戟天、淫羊藿、金樱子、葫芦巴各 10 克，阳起石 15 克，柴胡 6 克。将以上诸药共研细末，装入细长如带的布袋中，将药带系于少腹部。5～7 天换药 1 次，3～5 次为 1 疗程，一般在 1 疗程有效，大多在第 2 疗程而全愈。主治适用于虚症阳痿，尤对命门火衰显效。治疗时，如出现局部皮肤瘙痒，疱疹等症状时，应停止使用。

●艾绒、青盐适量。先用凡士林涂脐中，再用麻纸盖于穴上，纸中央（即穴中心）放 2 分厚的小颗粒青盐，然后用压舌板压平放置大艾炷（用艾绒做成下阔 3～5 分，高 5 分呈锥状）灸之，每次 30 壮左右。主治阳痿。属肾阳虚衰之阳痿，要灸至身热为止。

●生姜 6 片，艾炷。先把生姜片放置脐上，再放上艾炷灸之，每次灸 3～5 壮，每日 2 次，10 次为 1 疗程或病愈为止。主治阳痿。命门火衰之阳痿加

灸腰阳关、中极、命门。心脾受损型加灸脾俞、心俞、足三里。湿热下注型加灸阴陵泉。患有皮肤感觉减弱或过敏者慎用。

●艾炷、食盐各适量。取食盐适量研细，炒热纳入脐窝（神阙）使与脐平，上置艾炷施灸，每次灸治 10 壮，每日 1 次，10 次为 1 疗程，间隔 3～5 天。亦可在食盐上置姜片施灸，如上法。主治命门火衰、心脾受损所致阳痿。灸治时谨防烫伤。实热症禁用。

●五味子、炙黄芪各 6 克，硫黄 3 克，穿山甲 2 克，大附子 1 个，麝香 0.3 克。将上药共研为细末，放入 250 毫升白酒中，微火煮干，取出捣烂成膏。最后取麝香放入脐中，将上药膏敷在上面，包扎固定。3 天取下，10 天敷药 1 次。主治适用于虚症阳痿。

●香樟木、苏木各 30 克，桂枝、当归各 12 克，羌活、独活、川芎各 9 克，伸筋草 15 克，红花 6 克。将上药煎液，热敷于腰部和骶部。主治阳痿。

●黑附子 45 克，穿山甲 3 克，硫磺 6 克，阿片 1.5 克，麝香 0.1～0.3 克。把附子、穿山甲、硫磺研为细末，过筛，加酒 150 毫升，调成稀糊状，倒入锅内，用文武火煎至酒干，取出药末，加阿片、麝香末调均匀，再研一遍，装瓶贮备。用时取药末适量，用酒或蜜调成膏，制成黄豆大的药丸，放于纱布上，敷神阙穴，外用胶布固定。1～2 日换 1 次，连敷 10 天为 1 疗程。主治适用于命门火衰型阳痿。

●蛇床子 10 克，菟丝子末 15 克。上药研细末调和如泥涂敷曲骨穴，l 日 5 次。主治阳痿。

●急性子 15 克，阿片 3 克，蟾酥 3 克，元寸 0.5 克，葱白适量。先将前 3 味药研为细末，加入元寸再研极细，滴水和成丸药 1 粒，用葱白捣包裹，外用湿纸再包一层，放入炭火中煨 3～5 分钟，取出换纸，再包再煨，如此反复 7 次，去纸和葱，将药制成如绿豆大丸备用。睡前取药丸 3 粒，用白酒化开，涂于神阙，曲骨、阴茎头上，每晚 1 次。主治阳痿。

●生地、熟地、山药、山萸肉各 120 克，丹皮、泽泻、茯苓、锁阳、龟板各 100 克、牛膝、杞子、党参、麦冬各 60 克，天冬、知母、盐炒黄柏、五味子、肉桂各 30 克。上药用麻油 3000 克熬，去渣，加黄丹 500 克收膏，贴膻中，关元。主治肾阳不足之阳痿。

针刺法

●毫针：主穴：关元、中极、三阴交、曲骨、大赫。配穴：肾阳虚衰加肾俞、命门；心脾两虚加心俞、脾俞、足三里、神门；湿热下注加阴陵泉、膀胱俞；恐惧伤肾加神门、肾俞、胆俞。兼阴虚火旺加太溪、行间、曲池。每次选主穴 2 个，然后加配穴。根据症情虚实，施捻转提插之补法或泻法，每日或隔日 1 次，10 次 1 疗程。

●梅花针：关元、三阴交、腰部、骶部、尾部、腹股沟、下腹部、耻骨联合上缘、带脉区。重点刺激尾部，阳性物处，每日或隔日 1 次。

气功疗法

●推腹：仰卧，全身放松，调匀呼吸，排除杂念。用两手相送（左手在下），自剑突部位向耻骨联合推摩 36 次，两手向下推时慢慢呼气，将真气送入丹田，意念随着手掌的推动，体会手下的感应。

●分阴阳：仰卧，以两掌自剑突下向腹两侧分推 36 次，向下分推时慢慢呼气，注意体会掌下的感应。

●按揉：仰卧，两手相迭（左手在下），在脐部左右旋揉各 36 次。自然

呼吸，注意掌下感应。若触知腹部有硬块，可按往硬块久久按揉，并用意向硬块引气。

●捻阴茎：取坐势，以两手食、中指与拇指对称在阴茎根部的两侧捏起精索，左右捻动各 50 次。全身放松，自然呼吸，注意两手捻动精索的感应，以微酸胀、舒适不痛为度。

●揉睾丸：坐势，以右手将阴囊、阴茎一同抓起，虎口朝前，阴茎和睾丸露出在虎口的外面，将其根部握紧。先以左手掌心按在左侧睾丸上揉 50 次；然后换手以同样的方法揉右侧睾丸 50 次。自然呼吸，将意念集中在揉睾丸那只手的手心里。手法要轻柔，睾丸以轻酸胀、舒适不痛为度。

●搓睾丸：坐势，以两手食、中指面分别托住同侧睾丸下面，再以拇指按压其上面，左右搓捻 50 次，以睾丸酸胀舒适不痛为佳。

●揉会阴穴 24 次，搓涌泉穴 60 次。

●双手按腹部，以意守丹田而收功。

注意事项

本病绝大多数患者的病因都是心理因素，对此，夫妻双方要有正确的认识，消除心理障碍，增强治愈信心，建立互相理解、互相信赖的夫妻关系。在性生活中，丈夫应把注意力集中在妻子优美的线条和柔嫩的皮肤上，体会身体接触和互相抚摸的感受，并用言语等信号将自己的愉快感受传递给对方。夫妻之间无保留地沟通是治疗本病的前提。戒除手淫，劳逸结合，多参加文体活动，保持心情舒畅。加强体育锻炼，如长跑、游泳、散步、球类、太极拳等，根据体力以不劳累为度。病情较重者，夫妻暂时分离一段时间，而感情上互相关怀体贴。由疾病引起者，则应有针对性地治疗原发病。如由服用某些药物引起，则应立即停药。

皮肤科疾病

银屑病（牛皮癣）

银屑病亦称“牛皮癣”，是一种常见的无传染性的红斑银屑性皮肤病。其病因与病毒或链球菌感染、创伤、遗传、代谢或免疫功能障碍，内分泌失调等因素有关，寒冷潮湿，季节变换，精神情绪变化亦可诱发本病。症状为：①多急性发病，初起皮疹大多为红色炎性丘疹，逐渐扩大至融合成片，边界清楚，可呈点滴状、钱币状、地图状、蛎壳状等；②皮损覆盖银白色鳞屑，剥去鳞屑可见到淡红色发亮的半透明薄膜及点状出血；③皮损可发全身各处，轻者局限或散发，重者波及全身，以头皮、四肢伸侧多见；④患者有不同程度的搔痒感；⑤病程一般分进行期、静止期、和消退期。经过缓慢，迁延数年，易反复发作。

治疗

西药

●可选用的药物有免疫抑制剂如氨喋呤（白血宁）、氨甲喋呤、乙亚铵、乙双吗啉、羟基脲等；还常选用维生素 B12、D、B1、B6、C、E 以及叶酸等药物。瘙痒较重者可选用葡萄糖酸钙、扑尔敏、息斯敏、苯海拉明、异丙嗪等药，急性点状银屑病可用油剂青霉素。局部外用药物的使用应注意，忌用刺激性强的药物，以免激发红皮病，急性期可选用 5%～10%硼酸软膏，5%水杨酸软膏、5%白降汞软膏或 5%～10%煤焦油软膏等。静止期可用 5%复方白降汞软膏、复方松馏油溶液、硫磺软膏、肤轻松软膏、氢化可的松软膏、地塞米松霜剂等。局部用药时，应先用温水和肥皂鳞屑洗净后再搽药。

中成药

●病程短、遇热时痒剧，多在春、夏季发病者，可用消风散。

验方

●茺蔚子 15 克，炒荆芥 10 克，板兰根、银花、紫草皮、生地、丹皮各 15 克，茯苓、白术各 10 克，白鲜皮 15 克，甘草 3 克。水煎服，每日一剂，分 3～5 次服。15 天为一疗程。

●土茯苓 30 克，北豆根 10 克，草河车 30 克，白藓皮 30 克。每日 1 剂，水煎服，治血热风燥型。主治牛皮癣

●生地、元参、丹参各 30 克，麻仁 10 克，北豆根 10 克，苦参 10 克。每日 1 剂，水煎服。治血虚风燥型。主治牛皮癣

●丹皮 18 克，连翘 12 克，槐花 30 克，黄柏 15 克，大黄 15 克，泽泻 9 克，甘草 9 克，栀子 9 克，黄芩 9 克，红花 3 克，水煎分 3 次服。主治牛皮癣

●土茯苓 60 克，研粗末包煎，日 1 剂，分早晚之次服。15 天为一疗程。清热利湿，解毒消炎。主治牛皮癣

●蛇舌草 30 克，白鲜皮 15 克，苦参 15 克，地龙 9 克，土元 9 克，甘草 6 克，水煎服，日一剂.早晚分服，服 5 剂后加红花 6 克，土茯苓 15 克。主治牛皮癣

敷贴法

●露蜂房一个，明矾适量，冰片适量。将蜂房各孔内杂物剔除干净，明矾粉填满各孔.文火待明矾枯干为度，研细末入冰片适量装瓶备用。患处用肥皂水洗净，将药粉用香油调敷患处，一日一次。主治银屑病。

●荷尔蒙雪花膏 1 盒，轻粉、红粉各 0.5 克，将上方一起调拌匀即成净

肤膏。除血燥型先用梅花针点刺患部微见出血点敷本品外，均可直接敷用，隔日 1 次，时间不超过 1 个月。主治银屑病。可同时配中药煎汤服。

●白芨 30 克，五倍子 60 克，老陈醋适量。将白芨、五倍子分别捣细末，先将五倍子粉与陈醋混，呈稀汤状，置锅内文火煎熬，待稍稠后入白芨粉，成糊状备用。用时将药糊涂敷患处。主治银屑病。有皮损者不用。

●马钱子 35 克，朱砂 6 克，核桃仁 12 个，水银 35 克。将马钱子放油中炸，炸鼓后轧成粉末，核桃仁炒焦轧细，将朱砂与诸药拌匀，放入水银做成 15 个鸡蛋大小丸备用。水银需先用适量香油研好后再用。患者清洗肚脐，将 1 丸药放肚脐固定，24 小时更换。主治银屑病。注意防止汞吸收中毒。

●硫磺 50 克，花椒 50 克，鸡蛋 5 个，香油适量。将鸡蛋去清留黄，硫磺、花椒混放鸡蛋内，焙干后同蛋一同研末，去渣，加香油调成糊状，外贴患部。主治银屑病。

●苍耳子、蜂房，蜈蚣、大枫子、水银各 1.5 克。先将前 4 味研成细末，再与水银共研混合均匀，加少许香油调敷脐部，上覆盖以塑料薄膜，外用胶布固定，每日换药 1 次。主治银屑病。

●细茶叶 6 克，轻粉、乳香、象牙末各 3 克，水银和木香各 1.5 克，麝香少许。上药研为细末和鸡蛋、黄蜡、羊油调匀搽患处。

●小米糠油适量，旧鼓皮 1 块。将旧鼓皮炙烧成炭，研末，与小米糠调成膏状，敷患处，每日 3 次。主治银屑病。

●大蒜、韭菜各 50 克。将韭菜与去皮的大蒜共捣如泥，放火上烘热，涂擦患处，每日 1～2 次，连用数日。主治牛皮癣

●鲜荸荠 10 枚，陈醋 75 克。荸荠去皮，切片浸醋中，与醋一起放锅内文火煎 10 余分钟，待醋干后，将荸荠捣成泥状备用。少许涂患处后，用纱布摩擦，当局部发红时，再敷药泥，贴以净纸，包扎好。每天 1 次，至愈为止。主治银屑病（牛皮癣）。

●大蒜 4 个。捣烂如泥状，敷患处，点燃艾条隔蒜灸之，以痛为度，主治牛皮癣。

薰洗法

●土茯苓 30 克，生槐花 20 克，生地 15 克，丹皮 12 克，紫草 12 克，白茅根 12 克，黄芩 10 克，白鲜皮 12 克，地肤子 12 克，蛇床子 12 克，刺蒺藜 10 克，乌梢蛇 10 克。该方既用于内服，亦用于外洗。每日用药 2 剂。瞩患者用大药罐一次煎 2 剂药，共煎 2 次，把头煎及二煎药物混合后一分为二。一份分二次早、晚顿服，一份用于浸泡淋洗。淋洗时将温度为 30～40℃的药液倒入搪瓷盆中，浸泡或毛巾蘸药不断渍患处。每次洗 30～40 分钟，每日洗 1～2 次。药后不用清水再洗。冬季药凉后可用盆温热后再洗。半月为 1 疗程。主治银屑病。

●石菖蒲、黄柏、黄芩、大黄、白矾、艾叶、射干、薄荷、知母、百部各 30 克，狼毒 20 克。上药加水 2000 毫升，煎沸 5 分钟。冷却至 40℃左右，熏洗，湿敷，并稍用力揉搓患处。每次洗浴 30 分钟，每日 2 次。每剂药可用 2 天。配合液氮冷冻。以棉团直接冻融患处，持续 3 秒，连续 2 次即为治疗 1 次。每周 2 次。

●犀牛皮、苦参、防风、山豆根各 10 克、蜈蚣 3 条，全蝎 5 克，白鲜皮、炮穿山甲、赤芍各 15 克，蚤休 20 克。伴关节肿胀疼痛者加羚羊骨 30 克，蓼刁竹 15 克；伴面色红赤者去防风，加石决明 30 克、鳖甲 15 克；皮疹痒痛甚

有脓者，加蒲公英 15 克、川黄连 5 克、甘草 10 克。上药水煎，头煎内服，再煎药液浸洗患部。

●侧柏叶、杨穗各 50 克。水煎外洗，1 日 1 次。主治银屑病。

●大枫子（捣碎）60 克，大胡麻 30 克（捣）苦参 60 克，地肤子 30 克，蛇床子 30 克。水煎，待温时浸洗患处。主治银屑病。

●枯矾 120 克，野菊花 240 克，川椒 120 克，芒硝 600 克。上药煎水沐浴或浸泡，每次 15～30 分钟。主治牛皮癣。

●椿桃叶 250 克，侧柏叶 250 克。上药加水 5000 毫升，煮沸 20 分钟，适温洗浴，每周 2～3 次。主治牛皮癣。

●核桃绿皮。煎水洗患部。主治牛反癣。

●秦皮 30～60 克。上药煎水约 1500 毫升，洗患处。每日 1 次。药液温热后仍可使用，每剂药洗三天。主治牛皮癣

填脐法

●马钱子 35 克，朱砂 6 克，核桃 12 个，水银 35 克。先用香油或豆油将马钱子炸鼓起来轧成粉末，核桃仁放入铁锅内炒焦轧细，将上 3 味药拌匀，然后加入水银做成 15 个约鸡蛋黄大小的药丸备用（水银需先单独加适量香油，研好后再加入上药内）。临症，先清洗干净患者肚脐，然后将一药丸放入肚脐眼内，外用胶布固定，24 小时换 1 次药。用过的药丸还可以外擦皮损处。主治银屑病。

●花椒、硫磺各等量，鸡蛋 1 只。先将前 2 味药研成细末，鸡蛋打孔去鸡蛋清后，将药装入鸡蛋内与鸡蛋黄混匀，置温火上慢慢焙干后，连同蛋壳一块研成细末，加香油调成糊状，纳于脐中，外用胶布固定。每日换 1 次药。主治银屑病。

●葛根 30 克，生地 30 克，升麻 9 克，赤芍 10 克，大枫子 9 克，丹参、甘草、水牛角粉各 9 克，冰片 6 克。把上药共研细末，过细筛，装瓶以备用。临症每次取适量，填满肚脐眼外贴肤疾膏，胶布固定。每日换药 1 次，7 日为 1 疗程。主治银屑病。

药物蒸气灸法

●按药物蒸气灸法施术。蛇床子、生大黄、大枫子、白鲜皮、鹤虱草各 15 克，苦参 30 克，黄柏、生杏仁、估矾、朴硝、蝉衣、蜂房各 9 克，丹皮 12 克。将上药煎汤，趁热熏各患处，每日 1～2 次。主治销屑病。一般每剂药可连用 2～3 次，适用各期皮损。

●按药物蒸灸法施术。取枯矾、川椒各 120 克，朴硝 500 克，野菊 250 克。上药加水 10 千克，煮沸过滤后趁热熏灸局部，待温后洗浴患处，每日 1 次。主治银屑病。每剂药可连用 2～3 次。

拔罐法

●①大椎、风门、肝俞穴。②身柱、肺俞、脾俞穴。以上组穴，每次选用 1 组。局部常规消毒后，用三棱针点刺 2～3 下，然后在点刺部位拔罐，使之出血。留罐 10～15 分钟，起罐后用消毒纱布擦干血迹。每日或隔日治疗 1 次。主治各型银屑病。

●①大椎、陶道、肩井、曲池、肾俞、血海穴。②百会、四神聪、上星、头维及皮损局部。①组穴用三棱针点刺出血，然后加拔火罐，拔出 0.3～0.6 毫升血液为度，留罐 10～15 分钟。②组穴用单纯刺血法。

荨麻疹

荨麻疹俗称“风疹块”、“风疙瘩”，是一种局限性水肿反映的过敏性皮肤疾患。是因虾蟹、气候、水果、蛋、奶、药物、化学、纤维、寄生虫等多种原因引起的。常先有皮肤搔痒，随即出现红色或白色风团、风团大小形态不一，发生部位不定；风团持续数分钟至数小时，可自行消退，不留痕迹；部分患者皮肤划痕试验阳性；自觉皮肤瘙痒及灼热感，严重者可伴全身症状，如高热、头痛、哮喘、喉头水肿恶心、呕吐、腹痛、腹泻等。

治疗

西药

适选药物有息斯敏、苯海拉明、非那根、扑尔敏、赛庚啶等，同时可服用氨茶碱。急性荨麻疹者，尤其是血管性水肿发生于喉部时，可用葡萄糖酸钙、5%涅化钙液，或使用肾上腺素、氢化可的松、强的松、地塞米松等药物。局部可用 2%石炭酸、1%～2%薄荷脑或 3%水杨酸等配成酒精剂外搽。

中成药

荨麻诊病人同时伴恶寒发热、头痛咽干、便秘、尿赤者，可用防风通圣丸。荨麻疹病人有瘙痒隐疹、鼻塞多嚏、眩晕耳鸣者，可用消风散。

验方

●蜂蜜 500 克，糯米汤（新熟）1500 克。取糯米汤加蜂蜜、开水 5000 毫升，酌加曲粉，同入瓶中，搅匀封酿 7 日成酒。寻常以蜜入酒代之亦可，随意饮之。主治风疹。

●枸橘 60 克，酒 500 毫升。取小枸橘细切，麦麸炒黄为末，每服 6 克，酒浸少时，饮酒，每次饮 50 毫升，每日 1 次。发病初起以枸橘煎汤洗患处。主治风疹遍身瘙痒。

●石楠叶（去粗茎生用）40 克，黄酒。石楠叶捣罗为末，每取约 4 克，用酒 200 毫升，文火煎沸，去渣，空心温服。主治风疹经旬不解。

●松叶 90 克，黄酒适量。前一味细切，以黄酒 660 毫升文火煮沸，候温去渣，分 3 次，温服，饮后处温空中注意避风，衣复出汗即瘥，未愈再服。主治风疹经年不愈。

●干姜 9 克，红枣 10 枚，桂枝 6 克。煎汤服，每日 1 剂，连服 7～8 剂，风寒型风疹瘙痒。

●沙蜜、猪脂、米酒各适量。沙蜜炼熟，和入猪脂，和酒饮。风疹风癣，皮肤瘙痒、枯燥。

●黄精 20 克，白酒 500 毫升。密封浸泡 10 天即成。主治肌肤干燥易痒。

●白藓皮 30 克，滑石 20 克。共研细末，打片，每片 0.5 克。日服 2 次，每次 3～4 片，清热利湿，消炎止痒。主治荨麻疹

●蝉蜕 3 克，糯米酒 50 克，蝉蜕研细末，糯米酒加清水 250 毫升煮沸，再加蝉蜕粉搅匀温服。每日 2 次。主治荨麻疹

●槐叶 60 克。上药加白酒浸泡 15—30 天备用。成人每次 10 毫升，日服 3 次，饭后服。小孩每次 1～2 毫升，或单采用外敷法。外用：按患处大小擦抹，日数次。清热利湿，活血消疹。

●生石膏、地肤子各 30 克，知母、粳米、白僵蚕各 9 克，甘草 3 克。上药水煎服，日 1 剂，分 2 次服。清理肠胃，消散隐疹。

●野蔷薇根 30～60 克。上药水煎，每日 1 剂，5 天为 1 疗程。温经散寒，

祛风止痒。主治寒冷性荨麻疹。

●芋环干（芋头的干茎）30～60 克，猪排骨适量。芋环干洗净与猪排骨炖服。每日服 1 剂。主治顽固性荨麻疹。

●党参 10 克，茯苓 10 克，白术 10 克，蝉蜕 10 克，白薇 10 克，黄芪 15 克，川芎 6 克，陈皮 5 克，木香 5 克，乌药 5 克，防风 5 克。上药水煎服，每日一剂，每日 3 次。药渣水煎后外敷患处。主治荨麻疹。

●藿香、炒荆芥、炒防风、焦山楂、焦神曲、乌梅肉各 9 克，银花 12 克，连翘、大腹皮，白藓皮各 12 克，木香 4.5 克，益母草 24 克。每日 1 剂，水煎服。主治内脏型荨麻疹。

●防风、荆芥、桑叶、菊花、赤芍、黄柏、知母、紫草各 9 克，薄荷（后下）4.5 克，生地 12 克，银花 18 克，甘草 3 克。每日 1 剂，水煎分 3 次服。主治划痕症荨麻疹。

敷贴法

●苦参 30 克，防风 15 克，扑尔敏 30 片。将上药分别研成细末，分装瓶贮备用。临用时，苦参 10 克，防风 10 克，扑尔敏 10 片混合均匀，填入脐窝，以纱布覆盖，胶布固定。每日 1 次，10 天为 1 疗程，连续至愈为止。主治荨麻疹。

●艾叶、马鞭草各 120 克，鲜马齿苋 30 克，鲜蒲公英、梨头草、杠板归各 15 克。除艾叶、马鞭草外，其它草药一起捣烂。先用艾叶、马鞭草煎水冲洗，再用捣烂的其它药外敷患处，每日 1 次。主治过敏性皮肤病。

●地肤子 9 克，红花、僵蚕各 12 克，蝉衣 10 克。将以上诸药共研细末以备用。临症，每次取 1～2 克，用水调成糊状，敷脐，外用胶布固定。主治荨麻疹。

●桃仁、红花、杏仁、生栀子各等量，以上诸药共研细末，用时取适量，用蜂蜜或凡士林调成糊状，敷脐，用敷料覆盖，胶布固定，每日换 1 次药，至愈为止。主治荨麻疹。

●乌梅 10 个，扑尔敏 30 克，甘草 15 克，陈醋适量。先将乌梅去核后，加入扑尔敏和甘草，共研为细末，再用适量的陈醋调和成膏状，贴脐中穴，外用胶布固定，2 天换 1 次药。主治荨麻疹。贴药期间禁食鱼、虾、蟹及蛋品。

填脐法

●苦参 30 克，防风 15 克，扑尔敏 30 克。共研为细末以备用。临症每次用 15 克，纳于脐中，外用胶布固定。每天换药 1 次，10 天为 1 疗程。治疗期间禁食鱼、虾、蟹、蛋类及辛辣刺激食物。

灸脐法

●凡士林、小颗粒青盐，艾绒各适量。先用凡士林涂脐中，再用麻纸盖于穴上，纸中央（即穴中心）放二分厚的小颗粒青盐，压平后，放置如蚕豆大小的用艾绒做成的大艾炷，每次 5～7 壮。每日 1 次，至愈为止。主治荨麻疹。

薰洗法

●樟木 90 克，苦参片、浮萍、明矾各 30 克，用纱布包扎好，入锅内加水 3000 毫升左右，煮 10 分钟后去纱布药包，用药水洗浴或揩身。主治荨麻疹。

●夏枯草 15 克。上药煎水内服，渣另煎，外洗患处。主治荨麻疹。

●土防风全草 1000 克。加水 6000 克，熬至 3000 克，熏洗全身，出汗为度，洗后避风。每日 1 次，一般连续治疗 3～6 次即可痊愈。主治荨麻疹。

药物蒸气灸法

●按药物蒸气灸法常规施术。取夜交藤 200 克，苍耳子、白蒺藜各 100 克，白鲜皮、蛇床子各 50 克，蝉蜕 20 克。上药加水 5000 毫升，煎煮 20 分钟后，趁热先熏灸患处，待温后，用毛巾或干净旧布浸药液外洗患处，每剂可洗 3～5 次，一般熏洗 2 小时后全身风团消退。主治各型荨麻疹。熏灸时注意保暖，防止受风。

●按药物蒸气灸法施术。取蛇床子 20 克，明矾 12 克，花椒 6 克，土茯苓 30 克，白鲜皮 15 克，苦参 30 克，荆芥 12 克，食盐 20 克。诸药加水 5000 毫升煎煮，趁热熏灸患处，待温，入盆浸浴，用毛巾边擦边洗，至药液渐凉为度。每日 1 次，每剂药可煎用 2～3 次。主治周身起风团、剧痒。施术时谨防受风而复发。

火罐法

●神阙穴。患者取仰卧位。术者准备玻璃罐头瓶一个，大于脐眼的塑料瓶盖一个，酒精棉球若干。治疗时用一枚大头针扎入塑料盖，将酒精棉球插到大头针尖上并点燃，立即将玻璃瓶罩在上面，待吸力不紧后取下，连续拔 3 次。每日治疗 1 次，3 天为 1 疗程，主治急、慢性荨麻疹。

●主穴：神阙。配穴：上肢配曲池，下肢配血海，顽固者配大椎、肺俞、脾俞，操作者用闪火法将大号或中号火罐迅速扣在神闷穴上，5 分钟后取下，以同样方法连拔 3 回为 1 次治疗。配穴每次选用 1—2 个，最多不超过 3 个。用闪火法扣拔，留罐 10～15 分钟。每日治疗 1 次，6 次为 1 疗程，疗程间体息 3～4 天。根据病情需要决定是否继续治疗，主治荨麻疹。

痱 子

痱子是夏季最常见的一种皮肤病。是由于气候潮湿，且天气闷热，皮肤上的汗水不易蒸发填塞汗腺而致。小儿尤多见。初起时皮肤上可见针尖大小红色斑疹，很快出现成群红色小丘疹或小水疱，有刺痒和烧灼感，小儿常用手搔抓、哭闹不安。本病好发于前额、颈部、肘窝、躯干及妇女双乳下等处。

治疗

外洗法

●鲜枣树叶 1000 克。加入 1000 毫升水，煎至 500 毫升备用。

外洗患处。主治痱子。

●黄荆全草适量。煎水洗澡，每日睡前一次。主治痱子。

敷贴法

●马齿苋适量。将马齿苋煎水，冷后湿敷患处。主治痱子。

●鲜车前草、鲜马齿苋、蒲公英、败酱草各适量。任选一种，取 60 克洗净加食盐少许，捣烂外敷患处，每日 2～4 次，至愈为止。

痤疮（粉刺）

痤疮又称“粉刺”、“酒刺”、“青春痘”。是青壮年常见的一种皮肤病，是一种毛囊、皮脂腺的慢性炎症，好发于面部、胸背部，有粉刺，丘疹、脓疱，囊肿及瘢痕等多种损害。与体内雄性激素分泌旺盛，皮脂分泌增多，毛囊内微生物作用有关，亦与遗传，多脂多糖及刺激性饮食，情绪及天气变化等有关。以颜面发生散在的红色丘疹，疹头出脓疱，或见黑头，可挤出粉渣拌白色脓塞为主要体征。

治疗

西药

●如仅有粉刺，单纯局部用药有改善症状的作用；若有红色丘疹、结节或脓疱、脓肿等，必须局部和全身同时治疗。全身性治疗可选用的药物有四环素、维生素 B_2、B_6、A_6、A 及强力霉素等。局部治疗。如丘疹明显，可选用 10%硫磺洗剂、5%硫磺膏或含硫磺雷琐辛的泥膏外涂；有结节、脓疱者，可用硫磺鱼石脂泥膏、复方新霉素软膏、1%氯霉素雷琐辛配剂等涂搽；形成脓肿者，应请医生切开排脓。另外，新近研究发现，0.5%梳酸锌治疗座疮有效率在 95%以上，并且该药尚有促进面部色素沉着显著减少与抑制皮脂溢出等功效，但应注意，服该药期间除可外搽少量维生素 B6 霜膏外，须停用其他治疗痤疮药物。

验方

●薏苡仁 50 克，白糖 15 克。薏苡米洗净，加水煮作粥，调白糖服食。每日 1 次，连用 1 月。健脾利湿，清热。主治痤疮（粉刺）。

●新鲜紫背天葵草 50 克，薏苡仁 30 克，淘米水适量。洗净天葵草、薏苡仁，用适量淘米水煎煮半小时制成苡米粥即成，用时拣出天葵草，勿食。此粥隔日服用 1 剂，1 剂半小碗，分 3 次服完。清热解毒。主治热毒、粉刺。

●薏苡仁 50 克，百合 10 克，白糖或蜂蜜各适量。洗净薏苡仁、百合，放锅内加适量水，开锅后用微火再煮 1 小时即可，亦可加适量白糖或蜂蜜调食。健脾益肺，美容健肤。主治雀斑、痤疮、湿疹。

●苦参 20 克，苍术 10 克，乌梢蛇 10 克，蝉蜕 10 克，僵蚕 10 克，当归 10 克，赤芍 10 克，紫草 10 克，千里光 15 克，土茯苓 15 克，生地 15 克，何首乌 15 克，蚤休 9 克，丹皮 12 克。皮肤感染有脓疱、脓痂者加银花 12 克，龙胆草 12 克，黄芩 12 克。川柏 12 克，水煎分 2 次服，每日 1 剂。主治疥疮。

敷贴法

●刺 2 猬脂肪 15 克。取刺猬脂肪，入锅，文火熬油，待凉后微凝为浅黄色，敷在患处，每晚 1 次。主治肺胃壅热，对有结节或脓肿，破溃者疗效不佳。

●丹参、白芷、野菊花、腊梅花、金银花、月季花、大黄各 9 克。上药水煎取液，以毛巾或纱布蘸取药液热敷患处，每日 2～3 次，每次 20 分钟。主治粉刺属肺胃壅热型和气血郁滞型。

●斑蝥（去足、翅）1～3 只，蜂蜜少许。将斑蝥研为细末，以蜂蜜少许调成泥膏。取药膏适量（相当于痤疮大小）敷贴在痤疮表面，外加纱布覆盖，胶布固定，经 10～15 小时.患部即起水泡，痤疮便浮离皮肤脱落，局部涂以消炎膏，经 5～7 天后可结痂脱落。一般敷药 1 次可痊愈。主治痤疮。斑蝥有

大毒，使用时宜慎之，勿误入口、目内。

●紫皮大蒜 5～10 瓣，葱白 5～10 根。将上 2 味药捣烂如泥膏状，取药膏如痤疮大若干粒，分别敷贴于痤疮面上，纱布覆盖，胶布固定。24 小时后揭去，局部发泡，痤疮即浮离皮肤，5～7 天后，可自然结痂脱落。主治痤疮，敷药后局部发泡较大，可不用处理，用敷料包扎，任其自行吸收、结痂。局部发痒时不要用手搔抓，以免感染。

●白石脂 30 克，白蔹 30 克，苦杏仁 30 克。上药共研细末，用鸡蛋清调敷患处。主治痤疮。慎勿入目。

薰洗法

●石膏、银花、白茅根各 30 克，知母、白芷、丹皮、红花、甘草各 10 克，把叶、菊花、大青叶各 15 克，黄芩 12 克。皮损色红者加紫草 30 克；口鼻干燥明显者加百部 12 克；大便于者加大黄 10 克；瘙痒者加苦参 15 克；皮疹较大者加丹参 20 克。每日一剂，水煎两次口服，药渣煎水外洗，颜面皮损 20 分钟。7 剂为 1 疗程。主治痤疮

●皂角、透骨草各 250 克。水煎外洗患部，主治痤疮。

●苦参、苍术、百部、千里光、蛇床子各 60 克，土槿皮 30 克。每日 1 剂，煎取 8000 毫升左右，擦洗全身，每日 1 次。主治疥疮。

涂擦法

●大黄、硫磺各等份，茶叶适量。前 2 味研细末，茶水调搽。主治痤疮。

●白牵牛、白酒适量。白牵牛浸酒，研为细末，外搽。主治痤疮。

●白果仁 120 粒。每晚睡前用温水洗净患部（不能用肥皂）。将去掉外壳的白果仁用刀切出平面，频搓患部，边搓边削去用过部分，每次用白果仁 1～2 粒即可。活血通络，消炎止痒。主治痤疮。

针刺法

●毫针取曲池、合谷、下关、攒竹、颊车。配穴：肺经风热配大椎、肺俞；脾胃内热配足三里、三阴交。面部穴位用轻刺激，余穴均用泻法，留针 30 分钟，每日 1 次，10 次 1 疗程。症状好转后，可隔日 1 次。

●耳针取肺、内分泌、皮质下、神门、肾上腺、大肠等穴。每次选用 2～3 穴。在穴位上点压深痕作好标记，常规消毒后，将揿针刺入穴位，以胶布粘贴，用手指按压 10 秒钟后加强固定。15 天 1 疗程，两耳交替。埋针期间每天自行按压揿针 3～5 次。王治痤疮。

●三棱针取双侧耳背近耳轮处明显的血管。选患者一侧耳背近耳轮处明显血管一根，揉搓数分钟后使其充血，常规消毒后，左手拇、食指将耳背按平，中指顶于下，右手持三棱针刺破选好的静脉血管，使血流出 5～10 滴。如流血不足，可轻轻挤压，然后盖上消毒敷料，1 次 1 疗程，未愈者间隔 1 周后，选另一侧一根血管放血。

神经性皮炎

神经性皮炎是常见的以阵发性皮肤瘙痒和皮肤苔藓化为特征的慢性皮肤炎症，属于心身疾病，与病人的精神因素有密切关系，是皮肤在植物神经系统的功能发生紊乱时产生的一种病变。情绪急躁，紧张烦恼，思虑忧伤，恐怖，失眠及刺激性饮食都可引起本病的发生。本病有局限性和播散性两种。局限性神经皮炎多发生在颈项背面，亦可发生在肘窝、腘窝、前臂、股部及小腿等处。初发时皮肤间歇性瘙痒，似有虫爬感，反复搔抓后出现针头大小，与皮肤颜色相近的圆形、三角形或多角形坚硬有光泽的扁平丘疹，日久，由于抓搔等刺激，皮肤浸润增厚，形似苔藓，硬厚如人造革。播散性神经皮炎分布较广泛，全身各处部可发生。症状同前。

治疗

西药

●可选用安定、利血平、安泰溴化物、氯丙嗪、奋乃静等安定镇静药物。瘙痒明显者可选用苯海拉明、异丙嗪、扑尔敏、赛庚定、安其敏等，也可使用 5%溴化钙或葡萄糖酸钙等。服用维生素 B_1 对本病亦有益。局部可用 10%～20%氯化锌液涂布，但局部潮红、有炎症反应时应停用，改用氧化锌膏涂布。地四肢的慢性损害可用锌明胶等外用药作封闭散料包扎，既能避免搔抓摩擦，又有止痒的效果。皮质类固醇激素霜乳剂如醋酸肤轻松软膏、地塞米松丙二醇擦剂、肾上泉皮质激素软膏等外涂对本病疗效较好，但必须注意，皮疹如有感染时不可使用这类药品。

中成药

●病程长、反复发作、皮损日渐加重者，可用丹栀逍遥散。皮肤增厚、粗糙，有少量鳞屑，搔痒、皮肤色素沉着或潮红者，可用二妙丸或金风散（外用）。

验方

●新鲜猪蹄甲、黄酒。蹄甲焙干，研细末，每次 15～30 克，以黄酒 60～90 毫升冲服，服后盖被至病灶发汗。每周 1～2 次，10 次为 1 疗程。主治神经性皮炎。

●蒲公英 90 克，银花 60 克，甘草 30 克。上药加水 2000 毫升，煎至 1200 毫升去渣备用。成人每 3～4 小时服 1 次，每次服 200 毫升。初期每 2 小时服 1 次，24 小时后浮肿等症状减轻后改为 4 小时眼 1 次。清热解毒，利湿消肿。主治日光性皮炎

●全虫、赤芍、蛇床子、厚朴、炙甘草各 9 克，干生地 15 克，白藓皮 15 克，当归 12 克，浮萍 6 克，陈皮 6 克。每日 1 剂，水煎服。主治泛发性神经性皮炎。

●何首乌 120 克，五加皮、僵蚕、苦参、当归、全虫各 45 克，牛劳子、羌活、独活、白主、细辛、生地黄、汉防已、黄连、白芍、蝉蜕、防风、荆芥、苍术各 30 克。每日 1 剂，水煎外洗。主治皮肤增厚者。

●山药 30 克，扁豆 15 克，生苡仁 20 克，芡实、茯苓、泽泻、白鲜皮、地肤子各 15 克，苦参 12 克。水煎服，剧痒者加全蝎、僵蚕。主治疱疹样皮炎。

●生苡仁 15 克，防风、生枳壳、生白木、生黄柏、前仁，车前草，生地、丹皮、茯苓各 10 克。水煎服。发热加生石膏。主治疱疹样皮炎。

●金银花 30 克，生甘草 9 克，生地 30 克，连翘 15 克，野菊花 15 克，赤芍药 12 克，黄连 9 克，茯苓 15 克，薏米 30 克，秦艽 10 克，赤小豆 30 克，水煎，每日 1 剂，分早、中、晚 3 次服。主治剥脱性皮炎。

●生地 30 克，赤芍 12 克，丹皮 12 克，银花 30 克，连翘 30 克，板兰根 30 克，蒲公英 30 克，黄芩 10 克，地骨皮 12 克，徐长卿 10 克，前仁（包）15 克，蝉蜕 15 克。水煎服，日 1 剂。主治剥脱性皮炎（热入营血型）。

●桃仁 10 克，红花 10 克，紫丹参 30 克，茯苓 15 克，泽泻 10 克，前仁 10 克（包），当归 10 克，玄参 10 克，石斛 15 克。水煎服，1 日 1 剂。主治剥脱性皮炎晚期湿毒瘀滞，气阴两虚，肌肤甲错。

●蒲公英 90 克，银花 60 克，甘草 30 克。上药加水 2000 毫升，煎至 1200 毫升去渣备用。成人每 3～4 小时服 1 次，每次服 200 毫升，初期可每 2 小时服 1 次，至 24 小时后浮肿等症状减轻再改为每 4 小时 1 次，皮肤瘀斑肿痛者，可加赤芍、紫草；体温升高者可加栀子、黄柏。主治日光性皮炎

●苦参、白矾、白芷、甘草各 9 克，连翘、川军、黄柏、薄荷各 12 克，山楂 18 克。水煎，l 日 1 剂，分 2 次口服。主治日光性皮炎。

●苦参 50～70 克，生地 30 克，蝉蜕、荆芥、桂枝、丹皮、当归、川芎、甘草各 10 克，细辛 5 克，羌活、赤芍各 15 克，全虫 25 克，蜈蚣 6 条。前 2 味共研细末，每次冲服 3 克，余药水煎服。日服 3 次。主治神经性皮炎。

敷贴法

●斑蝥粉 2 份，砒霜 1 份。将 2 味药混匀，加白醋调成糊状。涂敷患处约半小时，刺破所起水泡，吸干液体，涂消炎药膏。主治神经性皮炎。

●生半夏、斑蝥、白狼毒各等份。上药共研极细末，适量米醋调成糊状敷患处，敷药后局部有刺激感，遂起水泡，24 小时水泡消失，继而结痂、痊愈。主治神经性皮炎。

●大戟 30 克。上药洗净，剥去老皮，切碎加水煎煮，直至用手一捻即成粉末为止。后用纱布过滤，药液继续煎煮浓缩至一定粘度，冷后涂纱布上贴患处，每日或隔日 1 次。主治神经性皮炎、慢性湿疹。

●木槿皮、蛇床子、百部根各 30 克，五倍子 24 克，密陀僧 18 克，轻粉 6 克。上药共研细末，用时以皂角水洗患处，再以醋调药粉成糊状，敷于患处，每日 1 次。主治神经性皮炎。

●艾叶、摇竹消、路路通各 30 克，蚕砂 60 克。上药共煎汁，以纱布蘸药液湿敷痒处，1 日 2 次，可连续应用，次数不受限。主治夏季皮炎。

●大黄面、黄芩面、寒水石面各 30 克，青黛 2 克，甘草油适量。上药混合均匀，然后加入甘草油适量调拌和匀成膏，敷贴患处，每日 1 次，10 日为 1 疗程。主治疱疹样皮炎。痒甚者可加入适量雄黄解毒散。

●鲜墨旱莲 4000 克，明矾 75 克，冰片少许，凡士林 1500 克。先将各药共研细末，与凡士林调和拌匀成药膏，敷贴患处。主治皮炎有糜烂面者。

涂擦法

●当归 18 克，白癣皮、白蒺藜、白芷、赤芍、生地各 15 克，苦参 12 克，川芎 12 克，蛇床子 10 克，白土苓 20 克，防风 10 克。主治疥疮。

●花椒、去皮大蒜各 15 克，熟猪油 75 克。上三药混合均匀，制成油膏状，每日涂患处 2 次。主治疥疮。

●鲜红椒 10 克，洗净去籽切碎，泡在白酒或 75%的酒精中（约 100 克），一星期后取出可涂于患处。主治疥疮。

●硫磺 10 克，煅大风子 5 克，枯矾 10 克，雄黄 5 克（比例为 2∶1∶2∶2）。上药研成细末，用麻油调涂，每日 2～3 次。每日擦洗后更换干净内衣，然后涂药。换洗衣被需用漂白粉清洗，并煮沸消毒。主治疥疮。

熏洗法

●射干 250 克。取根煎水，外洗患部，1～2 次即愈。清热利湿。主治水田皮炎。

●鲜石韦叶 250 克。上药洗净后加水 1500 毫升，煎至 1000 毫升。用此药液热洗患处，每次 15 分钟，每日洗 3 次，一般连用 2～3 天即可痊愈。清热利湿，解毒消炎。主治过敏性皮炎。

●用小苏打溶于热水中洗浴，全身浴用小苏打 250～500 克，局部浴用 50～100 克。主治神经性皮炎。

●海带 50～100 克。先洗去盐和杂质，用温开水泡 3 小时，捞去海带、加温水洗浴。主治神经性皮炎。

●陈茶叶（1 年以上）。陈艾叶各 25 克，老姜（捣碎）50 克，紫皮大蒜 2 个（捣碎）。上药水煎，加食盐少许，分 2 次外洗。主治神经性皮炎。

●鲜蒜瓣、米醋各适量。将蒜瓣捣烂，用纱布包扎浸于醋内，2～3 小时后取出，用包擦洗患处，每日 2～3 次，每次 10～20 分钟。主治神经性皮炎。

灸治法

●皮肤。按艾炷着肤灸法施术。先将皮损局部涂以大蒜汁，再置艾炷（如火柴头大）点燃施灸，待艾炷燃净后，扫去艾灰，覆盖消毒敷料。每炷间距 1.5 厘米。每 10 天施灸 1 次，直至皮损正常。主治神经性皮炎。如的痛难忍，可于施灸部位附近轻轻拍打，或在患处两侧用毫针沿皮平刺（一针向上，一针向下）后，接针麻仪以镇痛。

●血海、曲池、三阴交穴。按艾卷温和灸法施术。点燃艾条，置于上述穴位皮肤约 5 分处，每穴每次灸 5～10 分钟，以皮肤发红为度。主治神经性皮炎。施灸时应掌握好距离，以免烫伤皮肤。

●取陈艾绒、白芷（研细）、苍术（研细）各 150 克，硫磺（研细）60 克，制成药物艾卷，备用。施灸时按艾卷温和灸法操作，每次施灸 15～30 分钟，每日灸治 1 次，7～10 次为 1 疗程。主治神经性皮炎。对于皮损面积较大者，可配合采用温盒灸法。

药物灸

●将硫磺 15 克、水朱砂 4.5 克、樟脑 4.5 克、麝香 1.5 克，分别研为极细粉末。先将硫磺在铜器内烊化，入朱砂、樟脑，搅匀，离火后立即加入麝香拌匀，取出摊于玻璃上，覆盖另一块玻璃板，将药压成薄片，剪成 0.2～0.3 厘米的小粒（约如米粒大），密贮备用，灸治时取药粒置于皮损表现，每粒药相隔 0.5～l 厘米，一次点燃施灸。待药粒燃尽后，立即连灰置在皮肤上。皮损面积小者只灸 1 炷，不必复灸，每 3～7 天灸治 1 次。主治神经性皮炎。皮损面积大者可多放几粒药粒。

●按药线点灸法施术。用食、拇指持药线，露出线头 1～2 厘米，点燃后吹灭火焰，将有火星之线端对准穴位，稳重而敏捷地点按于穴位上，每天施灸 1 次，20 天为 1 疗程。灸后局部宜保持清洁，若起泡勿需挑破，涂以龙胆紫药水即可。

●取苍术、黄柏、苦参、防风各 10 克，大枫子、白鲜皮各 30 克，松香、鹤虱草各 12 克，五倍子 15 克。上药共研细末，用厚纸卷成药捻，点燃熏患

处。每次 15～30 分钟，每天 1～2 次，直至痊愈。主治神经性皮炎。施术时温度以患者有温热舒适感为宜。

脂溢性皮炎

脂溢性皮炎是在皮脂溢出过多的基础上发生的一种慢性渗出性皮肤炎症。可分为湿性脂溢性皮炎和于性脂溢性皮炎两种。其病因多与体质、内分泌失调或细菌感染、气候变化、刺激性食物及外伤等有关。主要发于皮脂腺较多处，皮损为干燥或油腻的鳞屑，大小不等的略带黄色结痂的斑片，有不同程度的瘙痒。严重者可泛发全身，有糜烂、渗出。

治疗

西药

●可选用维生素 B_2、B_6、B_1、C、A 和胱胺酸等。症状明显者可用胎盘组织液治疗，继发感染时可口服复方新诺明、红霉素、四环素、麦迪霉素、螺旋霉素等抗生素；病情较重，经一般治疗无效者，可酌情选用强的松、倍他米松等激素类药物治疗，但时间不宜太长。局部外用药物有脂溢洗剂（即药用硫磺 5 克、10%樟脑酊 5 克、硼酸水 30 克、甘油 10 克、酒精 30 克，加蒸馏水或凉开水至 100 毫升，涂搽患处），也可用硫磺糊剂（即药用硫磺 5～10 克，加氧化锌糊至 100 克，共研均匀，涂搽患处），还可涂抹复方氯霉素酒精、复方新霉素软膏、5%硫磺雷琐辛软膏、肾上腺皮质激素软膏等外用药，效果均较好。

验方

●艾叶、菊花、藁木、蔓荆子、防风、薄荷、荆芥、藿香、甘松各 3～6 克。水煎汤洗头，每 1～3 日洗 1 次，洗后不要用清水冲洗，以期维持药效。主治脂溢性脱发

●蛇床子 9 克，黄柏、苍术、荆芥、防风各 6 克，明矾 3 克。共研细末，并加水煎汤，趁温热熏洗患处。主治脂溢性脱发，发痒。

●何首乌 20 克，生地、当归各 15 克，防风 6 克，荆芥 4 克。水煎服，每日 1 剂，分三次服。主治斑片黄红、干燥脱屑、头部有大量灰白色糠秕样鳞屑、头发干燥脱落者。

●薏米 30 克，当归 15 克，刺蒺藜、黄柏各 12 克，龙胆草、槐花、生地各 9 克。水煎服每日 1 剂，分三次服。主治斑片色红，表面有糜烂、渗液或黄色油腻性痂皮，发生在头部则头发光亮如油者。

●桑花、何首乌各 15 克，蝉蜕、红花、赤芍、黄柏、苍术、白蘚皮、白芷、当归、花粉、丹皮、防风、甘草各 10 克，胡麻仁 40 克，生石膏 50 克。每日 1 剂，水煎服。主治脂溢皮炎。

●龙胆草、黄芩、炒山栀各 10 克，丹皮 15 克，鲜生地 30 克，蚤休 30 克，赤芍 12 克，白蘚皮 30 克，地肤子 30 克，苦参 15 克，六一散 15 克。每日 1 剂，水煎服。主治脂溢性皮炎。

●硫磺 100 克，雄黄 80 克，枯矾 60 克，冰片 40 克。共研为细末，分成 14 包，每晚取一包投入半脸盆热水中搅匀后洗头，7 天一疗程。主治脂溢性皮炎。

●呋喃西林粉、醋适量。将醋逐渐加入呋喃西林粉中，调成糊状，敷在剃掉头发的患处，隔日一次。主治脂益性皮炎。

●复方新诺明、灰黄霉素各 20 片，酒精、双氧水各 250 毫升，食盐、白矾少许。共研成面，倒入酒精、双氧水调成糊状，涂于剃光头发的患处，每日二次。主治脂溢性皮炎。

手癣、足癣、甲癣

手，足、甲癣，俗称“鹅掌风”，“脚湿气”和“灰指（趾）甲”。本病是由皮肤癣菌侵犯掌、跖、指（趾）间皮肤及指甲引起的浅部真菌感染。手足癣表现为手足处小水疱、脱屑、浸渍、糜烂、皮肤粗厚、瘙痒、皲裂等；甲癣时，指（趾）甲增厚，粗糙，光泽改变，有高低不平等现象。

治疗

敷贴法

●川楝子 10 枚。川楝子去皮浸泡至软，捣成糊状后加凡士林适量包敷患指（趾），2 天后取下。一般连用 2 次见效。主治甲癣。

●鸦胆子或白凤仙花适量。将鸦胆子去壳，先将病区趾或指甲用温热盐水浸泡 20～30 分钟，使其发软，再用小刀将萎缩松软部分去掉。并用另一拇指、食指隔以塑料薄膜捏住鸦胆子挤压，用压出之油涂病区，每甲 1～2 粒，每日 1 次。或凤仙花末和蜂蜜调，厚厚涂敷病甲上，包扎固定，每日 1 次。主治甲癣。

●千里光、苍耳草等量。将上 2 味药洗净，浓煎成膏状，外敷患部，1日 1 次，每日更换，主治手癣。

●鲜蓖麻叶 30 克。将上药揉软贴患处，干后则换药。主治手癣、痈疖破溃。

●黄丹、五倍子（锻）各等份。将黄丹研为细末，再将五倍子微火烤干研为细末，然后装瓶备用。用时将脚洗净擦干，立即贴此药。主治足癣。

●密陀僧 30 克，轻粉 3 克，熟石膏 6 克，枯矾 6 克。上药共研细末，脚湿烂则干敷，干则桐油调敷。主治足癣。

●荆芥叶适量。将荆芥叶捣烂，敷于脚趾间及痒处。主治足癣。

●川黄连（碎）、升麻各 30 克，五倍子（碎）45 克，75%酒精 500 毫升。上药放入酒精浸泡 4～6 日，滤出药渣；药渣可再用 75%酒精浸泡（以浸没药渣为准），1 周后即可将药渣滤除。先用消毒棉抹干患处，敷上浸有药液的纱布，每隔 2～4 小时换药 1 次。清热解毒。主治足癣。

●鸦胆子若干。先将患趾或指甲用温盐水浸泡 20～30 分钟令软，再用小刀将趾（指）甲的萎软部分刮净（不要刮破好的皮肤），揩干。把鸦胆子去壳取仁放在灰指甲上，用塑料薄膜包捏并用力挤压鸦胆子仁，令其油涂敷患甲，每日 1 次。外可用胶布或伤温膏固定。连续治疗 2～3 个月。清热解毒。主治甲癣。勿用手直接接触鸦胆子仁，更不可接触口、眼、鼻部。治疗不宜中断。

涂擦法

●麻黄 15 克，羌活 60 克，升麻 6 克，松香 3 克，防风 3 克，当归 3 克，黄蜡 60 克，香油 500 毫升。先用香油将上药炸枯去渣，加入黄蜡溶化后成膏状。外涂患处。主治鹅掌风。

●枸杞子、黄芩、独活、生地各 40 克，新磨生豆汁 1200 毫升，桐油适量。将前四味药放入豆汁内煮沸数滚，待不烫手时浸泡或搓洗患处，泡洗后的患处用桐油外搽，每晚临睡前一次，连用 4～6 天即可治愈。主治鹅掌风。

熏洗法

●苦参 30 克，地骨皮 30 克，苍术 15 克，黄柏 15 克。每晚水煎熏洗数小时，出汗为宜，主治手足癣。

●干姜、贝母各等份。共研细末，放入浴盆中洗浴，擦得汗出为度。主治紫白癫风。

●鸦胆子 20 克（打碎），生百部 30 克，白酒、醋各 26 毫升（此为 1 只手用量，如患双手时则药量加倍）。共入大口瓶内密封浸泡 10 天后备用，用时将患手插入瓶中浸泡，每次 30～60 分钟，每日 2～3 次，约 11～12 天药液泡完即愈。主治鹅掌风。

●黑矾 30 克，白矾 30 克，柏枝 250 克，桐油适量。将黑白矾、柏枝水煎，熏洗患处至汗出，然后涂桐油，用蘸有桐油的草纸烤患处，至患处软，7 天不许着水。主治鹅掌风。

●苦参 30 克，大黄 30 克，地肤子 50 克，蛇床子 50 克，牡蛹 50 克。加水 2000 毫升，煮沸 30 分钟，滤液后再加水 1500 毫升，煮沸 30 分钟，两次药液合并，加水杨酸 30 克，搅拌均匀。每天浸泡 2～3 次，每次 20 分钟。每剂可用 4 次。主治手足癣。

●豆腐泔水 2 碗，透骨草 6 克。用豆腐憎水煎透骨草，煮沸后稍温，用此水洗手并浸泡 20 分钟。每天 1 次，数日即愈。主治手癣。

皲裂

皲裂是由多种原因引起的发生在手足皮肤深浅不等，长短不一的裂隙。是常见病、多发病，秋末和冬季多见，也有终年不愈的。病者多见于工人、农民、家庭妇女，尤其是从事建筑、机修、野外工作或表皮常接触机油、水泥等工作人员。皮损好发于手指、手掌、足跟、足蹠、足底外缘等皮肤角质层厚或经常摩擦的部位；发病较缓，初起时皮肤发于发紧，弹性减低，可出现多处浅在裂纹，随病情发展，皮肤干燥粗糙，裂纹深达真皮及皮下组织；依皱裂的深度范围不同，伴有不同程度的疼痛、出血、以活动时为著。

治疗

验方

●大枣 200 克。将枣洗净，加水煮烂，饮汤食枣，日服 2 次，可连续食 1 个月。健脾滋阴养血。主治手足皲裂。

敷贴法

●轻粉 20 克，红粉 20 克，银朱 10 克，冰片 10 克，凡土林 3000 克。前 4 味药共研细末，过筛后投入已溶化的凡士林油内，搅拌均匀，盛入容器内备用。将皲裂部位用温水洗净，薄薄涂上万灵膏，每日早晚各 1 次，7 天为 1 疗程。主治手足皲裂。

●白芨 80 克，冰片、五味子各 12 克。上药研末加凡士林 400 克调膏敷患处。主治手足皲裂。若炎症较重者，加肤轻松软膏 40 克。

●白芨 30 克，大黄 50 克，冰片 3 克。上药研极细末，混合过筛，装瓶备用。洗净患处，加少许蜂蜜调成糊状外敷，每日 3 次，治愈为止。主治手足皲裂。

●糯米 1500 克，明矾粉 60 克，樟脑 15 克，青黛 30 克。糯米洗净滤干，捣成细粉，筛去粗粒杂质，置于 1500 毫升沸水锅内，文火熬成糊状，再加入明矾末，樟脑、青黛，和匀即成，贮罐待用。用时将药膏涂于布上贴患处。主治手足皲裂。

●黄豆，凡士林各适量。将黄豆研细过筛，与 2 倍之凡土林混合调行，装瓶备用。用时先洗净患处，后用本药外敷患处，以填平裂口为度。外用纱布包扎，每 3 日换药 1 次，主治手足皱裂。

●糯米 3 斤，明矾（研末）60 克，樟脑 15 克，青黛 30 克。将糯米洗净滤干，入石碓中冲成细粉，筛去粗粒杂质，放锅中加水 1000 毫升，文火熬成糊状，再入明矾、樟脑、青黛，和匀即成，贮瓶备用。将药膏涂于薄布条，贴皲裂处。主治手足皲裂。

涂擦法

●白蔹、白芨各 30 克，大黄（焙黄）50 克，冰片 3 克。上药研细末，过 120 目筛，装瓶加蜂蜜调至稠糊状备用。局部洗净拭干，取上药涂抹于患处。每天 3～5 次，必要时包扎，直至治愈。功效活血消炎，润肤生肌。主治手足皲裂。

●甘草 50 克，75%酒精 200 毫升，甘油 200 毫升。将甘草浸泡于酒精内 24 小时后，取浸液去甘草加甘油即成。用时，将患处洗净后用本药涂抹。清热解毒，活血消炎。主治手足皲裂。

●苦楝子肉 50 份，羊毛脂 10 份，蜂蜡 5 份，凡士林 35 份，樟脑 1 份。苦楝子洗净加水适挞，用瓦锅煮沸半小时，捣烂过筛，除去皮核，以稠厚糊

状为宜。另外四药加温熔化，待冷后与苦楝子肉混合，加入适量香料研磨均匀贮瓶内备用。每日涂搽 2～3 次。功效清热利湿，润肤生肌。主治手足破裂。

●荷花瓣不拘量，醋 60～90 毫升。浸半小时后备用。先用淡盐水将患处洗净擦干。将醋浸荷花瓣贴患处，每日换药 3～5 次。主治妇女乳头皲裂。上药后稍有刺激感。

●生姜汁、红糖、白盐、猪膏各适量。共研炒热，擦入皲内，一时虽痛，少顷皮软皲合，再用即安。主治手足皲裂。

●当归、紫草各 60 克，忍冬藤 10 克，麻油 500 克。上药浸泡麻油内 24 小时后，文火煎熬至枯焦，滤出药渣，留油待凉，以棉棒蘸药涂患处。每日数次，以愈为度。主治手足皲裂。

●白芨 80 克，冰片、五味子各 12 克。上药共研细末，加凡士林 400 克调成软膏，涂敷患处，外用纱布包扎，每 3 天换药 1 次，直至痊愈。若皲裂处皮厚者，先剪去茧皮再敷药。主治手足皲裂。

●珍珠粉 4 份，广地龙粉 20 份，煅月石 6 份，凡士林 70 份。广地龙洗净晒干，研细粉过 120 目筛，密封在容器内经高压消毒待用；将月石除净杂质，置陶锅内用文火烧成白色泡沫疏松状，冷却后研细末；三药配入凡士林，加温至 80℃，调匀备用。以温水洗净皲裂，擦干，取油脂少许擦患处，每天 2 次。活血通络，润肤生肌。主治手足皲裂。

熏洗法

●茶叶适量。水煎，洗手、足。主治手足皲裂。

●地骨皮 30 克，白矾 15 克。水煎外洗，主治手足皲裂。

红斑狼疮

红斑狼疮是一种自身免疫性疾病，临床上可分为皮肤型（盘状红斑性狼疮）和系统型（系统性红斑性狼疮）两类。前者主要表现为皮疹，多为慢性局限性；后者除皮肤损害外，还常累及肾、肝、心等多个脏器，且有明显的全身症状，病变一般呈进行性经过。早期症状主要表现为发热，皮肤损害、关节酸痛，有的指掌关节、指关节近端发生变形。典型者呈水肿性蝶型红斑，以鼻梁为中心，在两侧面颊对称性分布，一般在四肢大小关节伸侧面或肩肿、上臂、臀部、手、足等易受磨擦的部位均可有大小不等、形状不规则的水肿性红斑，表现光滑或附以灰白色鳞屑。

治疗

验方

●虎杖、野菊花、南天竹、十大功劳、生地各 30 克，生甘草、秦艽各 15 克，苦参、穿心莲、紫草、知母各 15～30 克，山栀 9 克，丹皮 9～15 克。水煎服。主治红斑狼疮。

●生地 30 克，麦门冬、玄参各 15.5 克，荆芥、天花粉各 9.5 克，黄连、白芷各 3 克，升麻、甘草各 6 克。水煎服，每日 1 剂。主治红斑狼疮。服药期间及治愈后 2 个月内忌腥、荤等刺激性食物及烟酒。善后用六味地黄丸。

●野台参、北沙参、元参各 30 克，大生地 60 克，丹皮、赤芍各 9 克，当归、广郁金各 6 克，桃仁、血竭各 3 克，红花 1.5 克，生黄芪 15 克。水煎，日 1 剂。主治红斑性狼疮。

●雷公藤糖浆或雷公藤片。雷公藤糖浆每次 10～20 毫升，或雷公藤片每次 3～5 片，每日 3 次（相当于生药 30～60 克/日）。主治盘状红斑狼疮。

●白茅根 30～60 克，瓜蒌根 15～30 克，茜草根 9～15 克，紫草根 9～15 克，板兰根 9～15 克。水煎服，每日 1 剂，分 2 次服。主治多形性红斑，丹毒初起，紫癜、结节性红斑及一切红斑类皮肤病的初期，偏于下肢者。

●青蒿 500 克，蜂蜜适量。上药研细末加蜂蜜 1500 毫升调匀制成蜜丸，每丸 10 克，日服 4～6 丸，饭后服。清热解毒。主治红斑狼疮。

●黄芪 30～60 克。上药水煎服，每日 1 剂，分 2 次服。疗程 2～12 个月。补中益气，扶正解毒，调整免疫功能。主治红斑狼疮。

灌肠法

●生大黄 12 克，熟附子 10 克，牡蛎 30 克。上药加水 500～800 毫升，文火煎至 200 毫升，每日晚用灌肠注射器将药汁一次推入直肠内，保留 30～60 分钟后再排除。主治红斑狼疮肾脏受损而出现早期尿毒症者。

外敷法

●五倍子 2 克，白矾、枯矾各 0.5 克。上药混匀研细末，过细筛。对局部糜烂溃疡者，直接用药末撒布，使之结成薄层药痂；干燥病变，用盐水调敷上药。主治唇部盘状红斑狼疮。

带状疱疹

带状疱疹，俗称“蜘蛛疮”。“缠腰火丹”、“蛇串龙”、“串腰龙”等，是由病毒引起的一种疱疹性皮肤病，带状疮疹和水痘是同一种病毒引起的不同的疾病，该病毒在小儿多引起水痘，成人多引起带状疱疹。小几时期患水痘后，病毒可长期潜伏在人体细胞中，遇人体罹患某些传染病，恶性肿瘤，红斑狼疮或外伤而使机体抵抗力下降时病毒便可再活动而诱发本病。发病前有轻度发热，全身不适，食欲不振等前驱症状；局部皮肤有灼热感，感觉过敏和神经痛，继而出现皮肤潮红、出现粟粒至绿豆大丘疱疹，迅速变为水疱，不相融合，或密集成群；皮疹沿神经分布，单侧发疹，一般不超过体表正中线，多呈不规则带状分布。常见于胸腹、腰背及颜面部；多在春季发病。

治疗

西药

●可选用的抗病毒药物有病毒灵、异丙肌苷、聚肌胞等。儿童可用病毒灵糖浆。其他全身用药还有复方阿司匹林、消炎痛、维生素 B1、B2、B6 和 B12 等，神经疼痛剧烈时，可服适量止痛片或镇静物如安定等，病变局部可选用 2%龙胆柴、1%樟脑、5%硫磺炉甘石洗剂或 0.5%新霉素软膏等搽拭。眼部带状疱疹更应注意加强眼部保护和治疗，可及早使用四环素眼膏、金霉素眼膏、疱疹净眼药水或可的松眼药水，以免造成视力受损或失明等严重后果。若用 0.25%～0.5%普鲁卡因 10～20 毫升在患处周围进行皮下封闭，有消炎止痛和缩短病程的作用。

中成药

●主要是清热解毒止痛，成药可用龙胆泻肝丸。

验方

●生石膏 30 克，蒲公英 30 克，紫地下 30 克，净连翘 15 克，银花藤 60 克，赤小豆 30 克，粉丹皮 10 克，川黄连 6 克，大青叶 15 克，黄柏 10 克，知母 10 克，乳香 5 克，没药 5 克，蚕沙 10 克；蝉蜕 5 克，山栀子 10 克，滑石 12 克，大黄 6 克。上药加清水浸泡，每剂煎 2 次，将 2 次煎出的药液混合，每日 1 剂，分 3 次温服。

●龙胆草 9 克，生栀子 6 克，黄芩 10 克，生地 15 克，大青叶 30 克，连翘 10 克，泽泻 10 克，元胡 10 克，车前子 10 克，川楝子 10 克，白花蛇舌草 30 克，板兰根 30 克，甘草 30 克。水煎服，日 1 剂。主治带状疱疹。

●白术 10 克，厚朴 10 克，陈皮 6 克，茯苓 15 克，车前子 10 克，泽泻 10 克，元胡 10 克，板兰根 30 克，大青叶 30 克，白花蛇舌草 30 克，川楝子 10 克，生薏仁 30 克，甘草 6 克。水煎服，日 1 剂。主治带状疱疹。

●当归 10 克，桃仁 10 克，红花 10 克，元胡 10 克，陈皮 6 克，金丝瓜 10 克，鸡血藤 15 克，木香 10 克，大青叶 30 克，生薏仁 30 克，板兰根 30 克，白花蛇舌草 30 克，川芎 9 克，白芍 10 克。每日 1 剂，水煎服。主治带状疱疹。

敷涂法

●黄连 9 克，黄柏 9 克，片姜黄 9 克，当归尾 15 克，干生地 30 克，香油 360 克，青黛适量。用香油将药物煎枯，去渣，下黄腊 120 克（冬天减至 80 克），熔化后过滤，倾入干净容器内备用。用时取膏 20 克加青黛粉 1 克

搅匀外敷患处。

●干山药 60 克。烧炭研细，香油调和，外涂患处，每日三次。主治带状疱疹。

●黄连 30 克，七叶一枝花 50 克，明雄黄 60 克，琥珀 90 克，明矾 90 克，蜈蚣 20 克。先将蜈蚣放焙箱内烤黄，然后取上药研为细粉，100 目筛，混匀装瓶备用，用时取药粉适量，用麻油调成糊状，涂在纱布上敷贴患处，1 日 1 次，连用 3～6 天。主治带状疱疹。

冻疮（附：冻僵）

冻疮是指人体长时间暴露在严寒环境中，体温过度下降致全身性严重损伤。如局部红肿，水泡，甚或溃烂。如果皮肤发白，继而变蓝，最后变黑，说明皮肤已经坏死。

治疗

西药

●未破溃的冻疮可选用 10%樟脑软膏、樟脑酒精或松节油涂搽；如已破溃，可用 3%硼酸溶液将毛巾浸湿后敷贴患处，也可选用 10%硼酸软膏、氧化锌糊剂、5%～10%硫磺鱼石脂软膏或 0.5%新霉素软膏涂敷患处。对溃破感染的疮面可同用金霉素软膏。另外入冬前适当服用维生素 C、E 等，也有减少复发的效果。

外敷法

●生姜汁一匙，大蒜汁一匙，冰片少许。调匀涂患处。主治冻疮末愈。

●鲜桔皮 3～4 个，生姜 30 克。上药加水约 2000 毫升，煎煮 30 分钟，连渣取出待温度能耐受时浸泡并用药渣敷患处，每晚 1 次，每次 30 分钟，如果冻疮发生在耳轮或鼻尖时，可用毛巾浸药热敷患处。主治冻疮。

●大蒜适量。暑伏时，将大蒜去皮捣烂如泥状，敷在上年生过冻疮之处，盖以纱布，胶布固定，过 24 小时洗去，隔 3～4 日后再敷 1 次。主治预防冻疮。

●干蒜梗、叶。煎汤外洗。若每年至冬必冻者，于五月五日，六月六日，以此汤浸洗 1 次。主治冻疮。

●生姜汁、红糟盐、腊月猪膏。共研，热擦入皲内。主治手足冻裂，经春夏不愈。

●峰蜜（熟），凡士林等量。调和成软膏，薄涂于无菌纱布上，敷盖于疮面，每次敷 2～3 层，敷盖前先将疮面清洗干净，敷药后用纱布包扎固定，主治冻疮。未溃者可不必包扎。

●大蒜 15 克，花椒 15 克，猪油 70 克，将大蒜去皮捣烂，花淑 15 克研末，放入炼好的猪油中搅匀，制成膏剂，敷于受冻未破皮肤，每日 1 次，用纱布包好。主治冻疮。

●云南白药适量。将云南白药围白酒调成糊状外敷于冻伤部位。破溃者可用于粉直接外敷，消毒纱布包扎。一般用药 2～3 次即可。主治冻疮。

●鲜虎耳草或马勃适量。将鲜虎耳草捣烂外敷或马勃粉敷压在患处。主治冻疮。

●黄柏 30 克。上药研细粉，装瓶备用。用黄柏粉撒在溃疡处。清热利湿，消炎止痛。主治冻疮。

●干辣椒 10 多个。水煎，洗泡患处。温经散寒，活血通络。主治冻疮。

●鲜橘皮 3～4 个，生姜 30 克。上药加水煎煮 30 分钟，浸洗患处。每晚 1 次，每次 30 分钟。散寒消肿止痛。用药 3 次见效。主治冻疮。

附.冻僵

冻僵，系人体长时间暴露严寒环境下，体温过度下降致全身性严重损失。早期可有精神兴奋，心悸，呼吸加快，血压升高，寒战，皮肤苍白，病情进一步发展，可见呼吸减慢，嗜睡，关节肌肉僵硬，或血压下降、昏迷，脉微细，最终呼吸、心跳停止。

验方

●干姜 30 克，附子 15 克，防风 12 克。水煎分服。主治冻僵轻症，见面色苍白，心悸、寒战，四肢麻木，口噤不语。

●生姜汁、酒各适量。将酒煮沸冲入生姜汁，和而灌之。主治冻僵轻症。

●生姜 60 克。急灌以姜汤，再用厚棉被将患者卷住睡卧，使二人推来转去，促使血脉流通。主治冻僵。

●干姜 30 克，附子 15 克。水煎灌服。主治冻僵。

●干姜 30 克，附子 15 克，木瓜 12 克。水煎去渣，分 2 次温服。主治冻僵，经抢救已苏醒者。

●生姜连皮 30 克，陈皮 10 克。共捣碎、水煎温服。主治冻僵，经抢救已苏醒者。

●热酒、姜汤、粥适量。灌服。主治冬月冻“死”及落水冻“死”微有气者。

自汗、盗汗

自汗与盗汗是指人体在没有任何外来因素的情况下自行汗出的一种病态。凡不因劳动、穿衣、天气、药物等因素影响，白天时时汗出，动辄益甚者，为自汗；睡中汗出，醒来即止，为盗汗。

主要因为人体阴阳失调而引起。

治疗

验方

●全当归、生地、白芍、首乌、天冬、茯神、白术、石斛、元肉、生枣仁、炒枣仁、党参、女贞子、旱莲草、炙黄芪、生龙骨（先煎）、生牡蛎（先煎）各 10 克，浮小麦 18 克，红枣 6 枚。每日 1 剂，水煎分 3 次服。主治自汗。

●煅牡蛎、黄芪、浮小麦各 30 克，麻黄根、五味子、白术、炙甘草各 9 克，附子 18 克，熟地 12 克，大枣 5 枚。每日 1 剂，水煎分 3 次服。主治盗汗（阴阳两虚）。

●豆豉 250 克（炒香），米酒 1000 毫升。浸 3 天，每次饮两匙，每天 2 次。主治盗汗，烦躁。

●猪肉（三层肉）250 克，米酒 500 毫升，白糖适量。猪肉与米酒同炖熟，加白糖适量，食盐调味，1 天内吃完，连食 2 天。主治盗汗。湿热痰饮者慎食。

●鳖 1 只，黄酒适量。取鲜血，以热黄酒冲服，当日服完，持续服之。主治盗汗。

●泥鳅 250 克，米酒适量。泥鳅洗净加米酒炖服。主治盗汗。

●绿茶 1 克，麻黄根 6 克。麻黄根快速洗净滤干。茶叶预先放入茶杯。麻黄根在小钢精锅内用冷水半碗，中火烧开后立即将麻黄根及沸水一起冲入茶杯，加盖 5 分钟后可饮，头汁饮之将尽。可复泡续饮，至味淡为止。主治自汗、夜间盗汗。

●生地 15 克，龙骨 15 克，地骨皮 9 克，浮小麦 24 克。水煎服，日 1 剂，分 2 次服，主治盗汗。

●生黄芪、生牡蛎、浮小麦各 30 克，生地、熟地各 15 克，当归、炒黄柏、炒黄岑、麻黄根各 9 克，炒黄连 6 克。水煎服，日 1 剂。主治盗汗。

●当归 6 克，牡蛎 12 克，生地 10 克，益智仁 10 克，甘草 3 克。水煎服。日 1 剂，主治盗汗。

●当归 6 克，牡蛎 12 克，生地 10 克，益智仁 10 克，甘草 3 克。主治自汗。

五官科疾病

角膜炎

角膜炎是指由微生物侵袭，外伤或化学性物理性刺激而导致的角膜发炎。属祖国医学的“花翳白陷”、“混睛障”等。症状多见畏光、流泪、眼痛，视力模糊，眼睑痉挛，睫状充血，角膜上有灰白色浸润点，稍突起，以后浸润的表面坏死、脱落，呈灰白色而凹形成溃疡。

治疗

验方

●银柴胡 3 克，川黄连 2 克，秦艽 3 克，炙鳖甲 9 克，地骨皮 7 克，青蒿 3 克，知母 6 克，甘草 3 克，大熟地 9 克，白芍 6 克，制首乌、桑椹子、白蒺藜、女贞子、枸杞子各 9 克，川柏 3 克。水煎服，1 日 1 剂。主治角膜炎，黑睛生翳。

●蝉衣、防风、苍术、当归、甘草各 6 克，羌活 3 克，赤芍 10 克，茯苓，川芎各 9 克，石决明、白蒺藜各 12 克，蛇蜕 7 克。水煎服，每日 1 剂。主治聚星障。

●熟地、生地、白芍、丹皮、木通、车前子、谷精草各 9 克，枸杞 12 克，泽泻 6 克，山药 9 克。水煎服，日 1 剂，早晚两次服用。主治视网膜炎。

●丹参、仙灵脾各 30 克，赤小豆、何首乌、蒲公英各 15 克，生赤芍、炒车前子各 12 克，红花、当归各 9 克。水煎服，日 1 剂，早晚两次服用，一个星期为一疗程。主治视网膜炎。

●当归、白芍、首乌、沙苑子、枸杞子、夏枯草，菊花各 9 克，决明子 12 克，珍珠母 24 克，生甘草 3 克。水煎服，日一剂，早晚两次服用。主治视网膜炎。

●菊花、泽泻、山药、地黄、丹皮、茯苓、当归、赤芍、山萸肉各 9 克，枸杞子、丝瓜络各 15 克，珍珠母 30 克。水煎服，日 1 剂，早晚两次服用。主治视网膜炎。

●生黄芪 30 克，丹参 30 克，川芎 9 克。上药加水煎 50 分钟，煎成液约 500 毫升。早晚饭后各服 250 毫升。益气活血，祛瘀生新。主治中心性视网膜炎。

敷贴、塞鼻，外涂法

●韭菜白根 10 克，橘叶适量。用橘叶包韭菜白根，包 1～2 层塞鼻中。右眼病塞左鼻，左眼病塞右鼻，两眼病塞双鼻，1 天换 2～3 次。主治角膜溃疡。

●荞麦面适量，米大艾住 1 个。荞麦面作钱大饼，贴眼角，以米大艾炷炙之即效如神。主治沙眼（浸润期）。

●荠菜适量。荠菜洗净焙干，研成极细末，每晚先用水或盐水洗眼，再挑取少许荠菜末置内外眼角处。主治角膜炎。

点眼法

●青鱼胆适量。将青鱼胆阴干，研碎过极细筛，取极细末，点于眼上，早晚各 1 次，3 日即愈。主治肝经风热型角膜炎。

浸洗法

●青盐 9 克，铜绿 5 克，白矾 6 克，硼砂 6 克，乌梅 3 个，川椒 7 个，杏仁 7 个，花针 7 个。上药加水半碗泡 7 日，去渣取液，浸洗患眼，1 日 1 次。主治肝胆热毒型角膜炎。

熏洗法

●桑叶、菊花、银花、防风、归尾、赤芍、黄连各适量。上药煎沸趁热先熏后洗。1 日 1 剂。主治肝经风热型角膜炎。

白内障

白内障是晶状体部分或全部混浊的一种眼科疾病。有先天性和后天性两大类。与生俱来的“胎患内障”是先天性的。因母体患病、或营养不良、或遗传原因造成。后天性白内障有老年性白内障，并发性白内障，外伤性白内障等几种。老年性白内障是逐渐发生的，可困晶状体混浊不断加深而失明；并发性白内障多发生在眼睛疾病、糖尿病或甲状旁腺机能减退等全身性疾病之时；外伤性白内障乃外伤所致。除少数先天性白内障外，均有视物模糊并逐渐加重的自觉症状，并可出现随眼球运动而运动的黑影，眼睛容易疲劳，注视灯光等明亮物体时可有单眼复视或多视，但可消失。

治疗

验方

●生熟地 24 克，白芍、茯苓、乌贼骨各 12 克，杞子，菊花、防风、柏子仁各 10 克，细辛 2 克，柴胡 6 克，甘草 6 克，山药 15 克。每日 1 剂，水煎服。主治老年性白内障（肝脾两虚）。

●石斛、石决明、炒杭菊、当归、谷精草、炒茺蔚子、潼蒺藜、炒菟丝子、陈皮各 9 克，炒谷芽 4.5 克。每日 1 次，水煎分 3 次服。每日服石斛夜光丸 1 丸。主治肾气不足之白内障。

●凤凰衣、蛇蜕、蝉蜕各等份。上药研极细末。点眼，日 2 次。主治目翳。

点滴法

●巴味联（俗称百味莲、苦金盘、雪胆等）。洗净凉干，放于盛有凉开水的碗中研磨，待药水呈浅黄色时滴眼。每次 1～2 滴，日 3～5 次。主治白内障。

刺络（刺血）拔罐

●后颈部、眼周部及大椎穴。取适当体位，常规消毒后，用梅花针弹刺所选部位。然后取大小适宜之火罐，吸拔于治疗部位，留罐 10～15 分钟。隔日 1 次，5～10 次力 1 疗程。主治白内障。注意操作过程中要严格消毒（特别是糖尿病患者）以防感染。

挑针罐法

●第 6 及第 7 颈椎棘突处和第 1 胸椎棘突处，此 3 处与其周围约 0.5 厘米处的 6 个点作为挑治部位，每 7 个点构成 1 个梅花形。患者取坐位，头略低。暴露局部皮肤后选定挑治部位（最初 3 次分别在第 6、7 颈椎、第 1 胸椎棘突处挑，第 4～12 次分别在棘突处周围左右上下相对称的两个点挑治）。按常规消毒皮肤，然后用针挑破皮肤，从皮下组织中可挑出白色纤维物数 10 条，至白色纤维挑净为止（白色纤维病理切片证明为肌纤维），将白色纤维挑断或用手术刀切断。挑治部位有少量出血，用消毒纸块擦于即可。然后在该处拔火罐，吸出少量血液即行起罐，将血擦干，再用酒精消毒，盖上消毒敷料，以胶布固定。第 1～4 次挑治每天 1 次，从第 5 次开始则每周挑 1 次，12 次为 1 疗程。休息 1 月后开始第 2 个疗程，其部位在上述梅花点旁开或上下挑选。治疗次数依病情需要而定。本法适用于老年性初期白内障。

气功疗法

●定神：合目静坐，意守上丹田，自然呼吸 7 次，逐渐把意念转移注于双眼眼球中心，约 3 分钟。

●熨目：两手轻握，以双手拇指中段互相搓热，沿眼眶周围顺时针轻熨转 18 次，同时吸气；接着换为逆时针熨转 18 次，同时呼气。

●搓眉棱骨：两手轻握，以双手拇指中段互相搓热，搓眉棱骨；同时，头部配合两手指向左右轻微摆动。手法宜轻慢，左摆时吸气，右摆时呼气，各做 18 次。

●按攒竹：以两手拇指掌同时取穴，手法宜由轻到重，按时吸气，意念默记 18 次，松手时呼气，默念 18 次。

●按揉鱼腰：以双手指掌同时取穴，先按后揉，按时吸气 18 次，揉时呼气 18 次。

●按揉阳白、鱼尾：以两手拇指和食指握成弓形，同时取穴，食指掌取阳向白，拇指掌取鱼尾穴。先按后揉，按时吸气，揉时呼气，各作 18 次。

●推捏睛明：以左右手均可，拇指、食指尖同时靠近鼻梁“山根”下内眦处，先推，由下向上推动 18 次，同时吸气；后掐 18 次，同时呼气。

●捏揉承位：以两手食指尖贴穴位，拇指靠颧骨，先捏后揉。捏时吸气 18 次，揉时呼气 18 次。

●按揉四白：以两手食指同时点按 18 次，按时吸气，接着以轻揉手法揉 18 次，同时呼气。

●点按巨髎：以点按为主，用两手食指同时点按，按时吸气 18 次，松手时呼气 18 次。

●转睛：合目凝神，眼球向左转动 14 次，同时吸气；随即向右转动 14 次，同时呼气。然后。定神片刻，双眼忽然睁开，注视前方一点，约半分钟。

●揉太阳：以两手拇指取太阳穴，另四指贴前额，用两手拇指掌同时轻揉太阳穴 18 次。

●浴面收功：将两掌心搓热，浴面，两手由唇下承浆穴沿鼻、柱直上至百会穴经后脑部，过后顶，沿两腮反承浆为一周。如是，作 36 次收功。各式要求合目为宜；早起晚睡各练 1 次，如视物疲劳，可随时增加练功次数；取穴宜准确，练功后穴位部能达到有酸麻感为宜。

注意事项

注意休息，少用目力，晨问坚持户外活动，呼吸新鲜空气。坚持早晚做眼保健操，情绪稳定，不要暴怒。饮食宜富于营养，多吃水果、叶绿素类蔬菜和豆类食品，少吃辛辣刺激性的食物。

沙眼

沙眼是沙眼依原体感染引起的一种慢性传染性结膜及角膜病，以其皮下细胞浸润，滤泡形成，通过瘢痕化而自然消退为病理基础，引起颗粒状结膜炎、角膜炎、角膜血管翳，后期形成结膜瘢痕，脸内翻倒睫和角膜损害，最终可导致视力障碍甚或失明。

其传染途径多为接触传染，如沙眼病人用过的毛巾、洗脸盆和洗脸水等用具而传播。为脸结膜表面充血、混浊、肥厚，血管模糊不清，继之结膜面上出现密集细小红色乳头和圆形黄白色泡状隆起，大小不一，排列不整齐的滤泡。

治疗

验方

●玄参 15 克，猪肝 500 克。猪肝与玄参同放锅内，加水煮 1 小时，捞出猪肝切片备用。用少量食用油，加适量葱姜、酱油、白糖、黄酒炒肝服食。

补肝明目，清热养血。

●荆芥 6 克，防风 6 克，赤芍 9 克，元参 12 克，苍术 9 克，陈皮 3 克，川朴 6 克，连翘 12 克，蝉衣 6 克，丹参 9 克。水煎服，1 日 1 剂。主治沙眼。眼痒、干燥、视力模糊等。

嗃鼻法

●白芷、羊踯躅花（减半）、鹅不食草（洗净晒干）、当归、雄黄（另研加入）各等份，麝香少许。上药为细末，每用少许，含水嚐鼻内，去尽浊涕，泪出为度。主治浸润进行期沙眼。

点眼法

●炉甘石 150 克，黄连 120 克，片脑 5 克。前两味入银石器内，加水二碗煮二沸时，去黄连为末，入片脑研匀罐收。每点少许，频用取效。主治瘢痕出现期沙眼。

●海螵蛸适量，0.1%利福平眼药水 1 支。先用海螵蛸磨擦上眼睑结膜上的滤泡入乳头，然后滴利福平眼药水。每日 2 次，星期日停药。疗程 4 周。除湿敛疮。主治沙眼。

●鲜白颈蚯蚓 100 克，氯化钠 10 克。上药化水半小时后过滤，在 60℃温水中进行间歇水浴加温 30 分钟，反复 3～4 次冷却后低温储藏备用，用此药液涂抹充分暴露的结膜或点眼，每日点眼或涂抹 2～3 次。主治沙眼。

●桑叶 30 克，野菊花、金银花各 10 克。上例 3 种药物加凉水 500 毫升，浸泡 10 分钟左右，用文火煎开 15 分钟后端下，以药汁热气能耐受为度，熏患眼 10 分钟，过滤取其药液，用消毒纱布蘸水反复洗患眼 5 分钟，每日 3 次。主治沙眼。

●螃蟹 1 个。取螃蟹体内黄液，擦眼。主治倒睫毛。

熏洗法

●明矾、胆矾、黄莲各 3 克，木贼 6 克。上药水煎熏洗，每晚 1 次。再用时加热，可用 1 周。主治浸润进行期沙眼。

近视

近视是以视近物清楚，视远物模糊为特征的眼病。其致病内因为气虚神伤肝肾两虚，其外因常因阅读、书写光线不足，姿势不正，持续时间过久等，发病常见于青少年，若及时治疗，可望矫正，使视力逐渐提高，乃致接近正常（指假性近视）。

治疗

验方

●猪眼睛 1 对（或牛羊类的眼睛），桂元肉、枸杞、山萸肉各 15 克。将猪眼洗净加其余 3 味药共放碗内，加少许水隔火炖熟，调味服。饮汤吃猪眼。多服效佳。补睛养目，涵木滋阴，增强巩膜韧性，防止近视加重。主治近视眼。

●决明子（炒）10～15 克，粳米 100 克，白菊花 10 克，冰糖适量。先将决明子置锅内炒之，至微有香气为度，取出晾凉，再与菊花一同入水中煎煮约 30 分钟，去渣取汁，然后将粳米入前汁中熬粥，粥成后加入冰糖，搅拌至匀，当早餐服食。清肝明目，补益肝肾。主治小儿近视眼，亦可作为肝炎患者的辅助治疗。

敷贴法

●耳穴取肝、肾、肺、神门、目、眼点。用火柴杆探查上述穴位最佳敏

感点，取 1 小块胶布，将王不留行籽或喉症丸药粒置于胶布中心，贴在穴位上，稍加压 2 分钟，每次取穴 1～2 个，隔 2 日换贴穴位。早、中、晚自行按压 1 次。滋补肝肾，调理气血。

点滴法

●草红花 100 克。上药加蒸馏水 800 毫升浸泡 7 天后用滤纸过滤，滤渣再用 70%乙醇 800 毫升浸泡 7 天，过滤后合并两次浸出液，浓缩至 800 毫升，置冰箱冷藏 7 天后过滤，加蒸馏水至 1000 毫升，流通蒸气灭菌 40 分钟，加三氯叔丁醇粉 5 克，溶后滤纸过滤，分装于 10 毫升灭菌滴眼瓶内。每支眼水相当红花生药 1 克。滴眼，每日 3 次，每次 1～2 滴。每 15 天为 1 疗程，检查视力 1 次，共观察 4 个疗程。活血化瘀。主治近视眼。

针刺法

●毫针主穴：内睛明、攒竹、丝竹空、承位、光明、风池。配穴：气虚神伤加心俞、脾俞、足三里；肝肾亏虚加肝俞、肾俞、三阴交、太溪。

●梅花针取穴眼区、风池、大椎、内关、肝俞、肾俞、心俞等穴。常规消毒后，选取上述穴位或后颈部、骶部、眼区及风池周围；手法以轻、中、重三度为准，一般多以中度刺激为宜，用腕力弹刺。在刺激眼区时秒指眶上缘和眶下缘密刺 3～4 排，睛明、鱼腰、四白、太阳作重点刺激，按部位治疗时以 14～21 次为 1 疗程，前 7 次每日 1 次，以后隔日 1 次。按经穴治疗以 12～16 次为 1 疗程，隔日 1 次，疗效不显，再进行下一个疗程。

●耳针眼、肝、肾、心、目 1、目 2。中等刺激，留针 30 分钟，隔日 1 次，10 次 1 疗程。或耳穴压丸，两耳交替，3 日 1 次，10 次 1 疗程，针灸治疗假性近视效果较好。应嘱患者平时要注意用眼卫生，每天可自行按摩眼区穴位 1 次，或于工作学习疲劳后作眼保健按摩操。

气功疗法

●松静式：平行站立，两脚分开与肩同宽，足尖稍向内，两臂自然放松下垂体侧，舌顶上腭，两眼轻闭，排除杂念，全身放松。

●提气至掌：开目，提双臂，使两掌相对，置于胸前，着意于两掌心，两掌轻柔缓慢地分离开拉和合拢对挤，至两掌有热或胀或麻时止。

●外气回授：提两掌分别置于两眼前，距离以眼睛感到有气感为宜，做以下动作：前后移掌。两掌对眼或远或近，前后推拉，连续发气 12 次。左右移掌。两掌左右横向移动发气 12 次，眼球亦随手而动。上下移掌。两掌上下移动发气 12 次，眼球亦随手而动。圆周运动。两掌向左或向右划圈发气各 6 次，眼球亦随手而动。合目收气。闭眼，双手掌按在同侧眼睛上，静待片刻，以自觉有一股热流进入眼里为宜。

●吸紧呼松：两臂松垂体侧，鼻吸口呼，吸气时眼球收紧，呼气时，眼球放松，反复 12 次。

●看物调目：睁开双眼，盯住视力所达最远目标约半分钟，再收目盯住近前一目标约半分钟，如此反复 12 次。

●收功，两掌放下，交叠抚于脐下关元穴处（男左手在里，女右手在里），静待气感消失。

●放松活动：睁开眼睛，捕捉自己感兴趣的目标，而后闭上眼睛，休息片刻，再睁开眼睛，反复数次，以轻松舒适为度。双手搓搓腰，拍拍下肢。

辅助疗法

●观鼻：两手食指轻搭在鼻尖上，拇指轻轻扣住下巴，其余三指自然合

拢，凝神，观鼻尖上食指 2～3 秒；然后远望 20 米外的一个小目标，尽力看至清楚为止；接着目力收回仍观鼻尖。如此来回做 3～5 趟为 1 次。休息 1 分钟，如法再做 2 次。久之可消除视疲劳，使视力改善。

●运目：选空旷幽静处，身心放松，用拇、食二指轻掐按睛明穴 7～9 次；接着极目远眺，目光先向右，向后左，扫视 7～9 次；然后用意念将目光收回至左眼，向左侧远处放射，再收回，又环绕脑后半周至右眼，如此反复操作 7～9 遍。最后卷曲食指，由内向外刮上下眼眶 7～9 次。

注意事项

读书、写字姿势要端正，不要躺着或乘车时看书，阅读时间不要太长，眼睛与书本保持一定的距离，不可太近，适当注意休息和进行户外活动。坚持做眼保健操，增强眼部血液循环，改善神经营养，消除眼的疲劳。

青盲

青盲又称“视瞻昏眇”、“视瞻有色”，是指外眼无异常，而视力减退，视物模糊不清。多因肝肾亏虚，饮食劳倦，忧思郁结，气血不能上荣于目所致。外眼完好如常，不痛不痒，无红肿，但视力逐渐减退，视物模糊不清，甚或导致失明。

治疗

验方

●生姜、黄连、桑叶各适量。共煎服，每日 1 剂，视瞻昏渺属浊邪上犯者，视物昏朦，伴见头重胸闷，食少口苦，小便黄少，舌苔黄腻，脉濡数。

●生姜、紫苏、米醋各适量。前 2 味水煎去渣，入米醋适量，分服。主治过食鱼所致视物昏花。

●兔肝 1 具，枸杞子、女贞子各 9 克，先将枸杞子、女贞子加水煎煮取汁，用药汁煮兔肝，调味后，吃肝喝汤。滋补肝肾，明目。主治肝肾阴虚，两目昏花，视物模糊。

●鸡肝 2 具，朱砂 0.3 克，味精少许，食盐少许。将鸡肝洗净，切成小块；与朱砂拌匀，盛于碗内，置蒸笼中蒸熟食之。每日 1 次。养肝明目。主治肝虚目暗，视物昏花，小儿疳眼等症。

●当归 10 克，羊肝 60 克。将当归洗净切片，用纱布包好，与羊肝一起放锅内同煮，熟后将羊肝切片，加调料后食用，养血，益肝，明目。主治肝血不足引起的两眼昏花，视物模糊，或不能久视，两目经常酸痛，但不红赤者。

针刺法

●毫针主穴：内睛明、瞳子髎、攒竹、风池、太阳、合谷、光明、蠡沟。配穴：肝肾不足加肝俞、太溪、关元；营血不足加内关、足三里、气海；脾肾不足加脾俞、三阴交；阴虚火旺加太溪；气血瘀滞加膈俞、气海。内睛明用压针缓进法，沿目眶缘直刺 1～1.5 寸，余穴用平补平泻法，留针 30 分钟，隔日 1 次，10 次 1 疗程。

●灸法眼周穴位、风池、光明、肝俞。用核桃皮眼镜灸，每次灸 10～15 分钟，每天 1～2 次。同时亦可每日或隔日针上穴 1 次。

●梅花针太阳、鱼腰、新明 1、新明 2、风池、天柱、肝俞、脾俞、肾俞、养老。用中度刺激手法、或电梅花针，每日 1 次，20 次 1 疗程。

耳鸣、耳聋

耳鸣是指病人自觉耳内鸣响，如闻蝉声，或如潮声。耳聋是指不同程度的听觉减退，甚至消失。耳鸣可伴有耳聋，耳聋亦可由耳鸣发展而来。根据病变部位的不同，耳聋又分为传导性耳聋，感觉神经性耳聋和混合性耳聋。传导性耳聋主要病因有外耳道闭锁、盯聍聍栓塞、耳道异物、炎症肿胀、肿瘤、中耳炎、中耳畸形等；感觉神经性耳聋的病因有老年内耳退行性变，颅脑外伤波及内耳，各种噪音的长期刺激，某些药物如链霉素，卡那、庆大霉素、奎宁等对内耳和听神经的损害及某些急性传染病等。症状为耳内鸣响，或如蝉声，潮声，听力减退，甚至完全消失，不闻声音。面色萎黄，唇甲苍白，或两颧潮红，头晕目眩而痛，或腰酸疼痛，四肢无力。突然发生耳鸣、耳聋，同时伴有发热、畏寒、头痛、咽痛等外感症状。

治疗

西药

●对感觉神经性耳聋常可选用的药物有维生素 A、B、C、E，呋喃硫胺、ATP，辅酶 A、细胞色素 C、烟酸、丹参、654-2、地巴唑、低分子右旋糖酐、西比灵等，药物中毒性耳聋患者，还可选用钙制剂、胎盘组织液、同位素（如磷^{32}）等治疗。

中成药

●起病较速、自感耳部憋胀、阻塞、耳鸣、听力逐渐下降，而同时伴有怕怜，发热、头痛者，可用银翘解毒丸。耳内鸣响，昼夜不息，以午后、夜间为甚，听力逐渐下降，兼有头昏、头痛、目眩、腰膝酸软，失眠多梦者，可选用杞菊地黄九或耳聋左慈丸。

验方

●参须、京菖、茶叶各 3 克。沸水冲泡，代茶饮，每日 1 剂，以味淡为度。主治体虚听力减弱，耳鸣。

●白毛乌骨雄鸡 1 只，甜酒 120 毫升。同煮熟食，连服 5～6 只。主治肾虚耳鸣耳聋，腰膝酸软，阳屡遗精。

●磁石 60 克，木通、菖蒲各 50 克，酒适量。浸泡 1 周，每次饮 20 毫升，日饮 2 次。主治慢性耳鸣耳聋。

●牡荆子（微炒）200 克，酒 1000 毫升。浸泡，冬 7 日，夏 3 日，取上清液即得，去渣任意饮之，勿醉为度，虽久聋亦瘥。主治耳聋。

●绿茶 1 克，北五味子 4 克，蜂蜜 25 克。先以五味子 250 克，文火炒微焦为度，备用。用时按上述剂量加开水 400～500 毫升分 3 次温饮，每日 1 剂。主治耳鸣、腿软乏力。

●生姜 49 片，全虫 49 个。同炒，以姜干为度，共研为细末，温酒冲服，过 2～4 小时，再进 1 服。主治痰浊上升，壅塞清窍所致耳鸣、耳聋，症见两耳蝉鸣不息，有时闭塞憋气，听音不清，头昏沉重，胸闷脘满，苔腻，脉滑。

●银花 30 克，连翘、牛蒡子、菊花、生地、白蒺藜、桔梗、甘草各 15 克。水煎服，日一剂，分早晚服。一个月为一疗程。主治抗生素中毒性耳聋。

●生地、熟地、麦冬、元参各 30 克，川芎 15 克，香附 15 克，柴胡 15 克，菖蒲 10 克。水煎服，日一剂，分两次服完。主治神经性耳聋。

●参须 3 克，京菖 3 克，茶叶 3 克。每日 1 剂，沸水冲泡，代茶饮以味淡为度。主治体虚耳窍不用、听力下降。

●香附 6 克，川芎 9 克，赤芍 12 克，柴胡 10 克，石菖蒲 9 克。水煎服，1 日 1 剂。主治耳内胀闷堵塞感，听力减退。

塞耳法

●大葱 1 根。将葱尖插入耳内。主治耳鸣、耳聋。

●葱白数根。放入炭火中偎热，纳入耳中，每日更换 3 次。主治耳聋。

●小铁块、磁铁各一块。口含小铁块，耳上放磁铁听，每日 5 次，每次 20 分钟。主治耳聋。

●甘遂 1 克，棉球 1 枚。于每晚睡觉时甘遂放入耳内，棉球塞耳，早起时取出，连续 10 日为一疗程。主治耳聋。

●枯矾 3 克，黄连 3 克，香油 25 克。上药为未调膏，装入药棉球里，每晚睡前塞耳内，次晨换之。主治耳聋伴有分泌物。

●芥菜子 30 克。开郁通窍。上药研细末，分别装在药棉球里，分塞耳朵内，每晚睡前使用，次时更换新的药棉球。主治实证暴鸣暴聋。塞耳时药棉大小适度，用力勿过重，以免损伤内耳，小儿慎用。

●生葱。捣烂塞耳。主治气闭耳聋。

●醋、附子。醋炙附子，塞耳。主治气闭耳聋。

耳窍压条法

●巴仁、川椒、菖蒲各等份，全虫、松香少许。上药共研细末，用黄蜡为条，放耳内抽之，两耳交替，每日 1 次，每次抽 10 下，至病愈。主治肾虚耳鸣耳聋。孕妇禁用。

滴耳法

●巴豆 1 粒，新鸡蛋 1 枚。将巴豆去皮及心膜。鸡蛋打一小孔，放入巴豆，以湿纸两层封口，然后按孵小鸡之法与其他鸡蛋同孵，以小鸡孵出为度。取出后，以其汁滴入耳内。每日 2～3 次，连滴 5～7 日。解毒通窍。主治耳聋症。

●葱汁适量。滴入耳内 2 滴。主治因外伤瘀血结聚所致耳鸣、耳聋。

耳内吹粉法

●蝈蝈 1 个，轻粉 2 克，枯矾 2 克，冰片 0.5 克。将蝈蝈焙焦，与余药共研细粉，分成三份，每天一份，一次吹入耳孔内。

辅助疗法

●叩丹田：轻握空拳，左拳掌心向里叩打腹部丹田部位，右拳拳背向内击打腰部命门部位，腰部可随左右手的叩击而转动。每次练 5～10 分钟，每日数次。

●鸣天鼓：用两手掌心紧按两耳孔，五指置于脑后，然后两手食、中、无名三指叩击后脑，或将两手食指各压在中指上，再食指向下滑弹后脑部。每次弹 24 下，每日 3 次。

●鼓气法：一手轻扪耳门，一手捏住鼻子，向外鼓气，做 2～3 次。

注意事项

注意精神调养，少思虑静养神，可收听柔和音乐。居处、工作环境要音小肃静，噪声不宜过大，时间不宜过长。如环境中噪音强度超过 80～90 分贝时，可采取塞耳塞、戴耳罩、防声帽等，以预防噪声对耳的损害。注意休息，减少房事，忌浓茶、咖啡、酒等刺激性物品。

鼻出血

鼻出血又称“鼻衄”，可因天气干燥、鼻部外伤、鼻腔及鼻窦各种慢性炎症，高血压、及血液病均可引起本病。鼻中出血、反复发作，难以自止，常伴头晕目眩、腰酸乏力、精神萎顿，纳呆、口臭等症。

治疗

西药

●急剧大量出血时，病人精神紧张恐惧，可选用安定、安宁、氯丙嗪、鲁米那等镇静药。局部止血药有 l%麻黄素生理盐水、3%双氧水、凝血质、凝血酶注射液等，在治疗鼻腔前部易出血区渗血时，可用消毒棉球浸上述药液行鼻腔填塞 5 分钟至 2 小时，紧急时也可用麻黄素、肾上腺素各 1 支，浸润棉球止血。对于反复发作的鼻出血，也可用血管硬化剂在粘膜下作少量多点注射，用 30%～50%硝酸银或 50%三氯醋酸在出血部位作点状烧灼，也有较好的疗效。大过出血或渗血面积较大者，应用凡士林纱条或滑石粉纱条行鼻腔压迫止血。全身用药有安络血、止血敏、止血芳酸、维生素 K、维生素 C 等。

中成药

●鼻出血鲜红、伴有发热、咳嗽、少痰、口干而渴者，可选用银翘解毒片、桑菊感冒片。鼻出血时发时止、口干少津、潮热溢汗、头晕目眩、耳鸣、腰腿酸软无力者，可用知柏地黄丸。

验方

●鲜墨旱莲、鲜小蓟、鲜大青叶、鲜茜根各 30 克。上药切碎放锅内，加水至淹盖药物，煮沸后再煮 5 分钟左右，倒出药液，稍凉内服。每日 1 剂，分 2 次服。清热利湿，滋阴止血。主治鼻出血。

●白木槿花 10 克，生石膏 30 克，白豆腐 250 克，白砂糖 30 克。先煎生石膏，再入木槿花、豆腐，文火煎至豆腐有小孔状即入白糖。每日服 1 剂，喝汤吃豆腐，宜冷服。一般 2 剂即愈。清热滋阴，凉血止血。主治鼻出血。

●鲜生地 30 克（或干品 15 克），白茅根 30 克。水煎服。l 日分 2 次服，服 1～2 剂即可。滋阴凉血，消热利湿。主治鼻出血。

●羊蹄根 30 克。泡水代茶频服，每日 1 剂。出血不止者，除填塞止血外，急取上药 30 克，加水煎 10 分钟，1 次服。再照上法泡水代茶饮。清热解毒，消炎止血。主治鼻出血。

●鲜荷叶 1 张，冰糖 30～50 克。取浮于水面之鲜荷叶（或干品）l 张，加冰糖及水 3 碗，煎至 2 碗。每次服 1 碗，早晚各服 1 次，连服 3 天为 1 疗程。以后每年夏秋季节各眼 1 个疗程，以巩固疗效，凉血止血。主治鼻出血。

●鲜生地 30 克，鲜石斛 30 克，鲜茅根 90 克，焦山栀 4.5 克，白薇 15 克，桑白皮 15 克，茜草炭 15 克，丹皮 15 克，甘露消毒丹各 15 克，藕节炭 3 克，水牛角粉 9 克（冲）。每日 1 剂，水煎服。主治鼻出血。

●白茅根 20～30 克，龙牡各 15～25 克，生三七粉 3～5 克（吞），白芨粉 10～15 克，生大黄 6～10 克，藕节炭 20～30 克（或藕汁）。每日 1 剂，水煎服。素有过敏性鼻炎者加荆芥炭 10 克，侧柏叶炭 10 克，干燥性鼻炎加石斛 12 克，天冬 10 克，银花炭 12 克，血热盛加生地 10～15 克，丹皮 12 克，心火亢者加焦栀子 10～15 克，竹叶 10 克，连翘 10 克，阴虚加旱莲草 10～15 克，女贞子 10 克，气虚加生芭 15～30 克，阿胶 6～10 克，当归 6～

10 克。主治鼻出血。

●白茅花 15 克。每日 1 剂，水煎服。治风热上扰。主治鼻出血。

敷贴法

●大蒜 5 个，生地 15 克，韭菜根适量。前 2 味捣如泥。韭菜根捣取汁半小杯，加开水适量。将药泥摊在青布上，做 1 个约如铜钱大，厚 1 分许的蒜泥饼，左鼻孔出血贴右足心，右鼻孔出血贴左足心，二鼻孔俱出血，两足心俱贴之，同时服用已稀释好之韭菜根汁。主治鼻衄。

●带须大葱 4 根。捣如泥敷于出血鼻孔之对侧足心，如双侧鼻出血贴双侧足心，10 分钟血止。主治鼻衄。

●大蒜 1 头。蒜去皮，捣烂如泥，左侧鼻孔流血者，将蒜泥敷于右足底心（即涌泉穴位）；右侧流血敷左足心。敷后 1 小时血即止。止血，引火下行。主治鼻出血。

点滴法

●醋、粗纸。粗纸浸醋贴在囟门、印堂二穴的中间。主治鼻衄。

●萝卜汁、酒。混合搅匀，热服，并以汁滴鼻中。主治鼻衄。

●葱白适量。捣烂取汁，入酒少许搅匀，滴 3～4 滴于鼻中。主治鼻衄。

●葱白、京墨各适量。葱白捣烂取汁，京墨磨之，点鼻中。主治鼻衄。

●干姜 1 块。将干姜削尖，用湿纸包裹，放火边煨，塞入鼻孔。主治鼻出血不止。

●米醋、食醋。用棉花搓成团，沾醋塞入鼻内。主治鼻出血。

塞鼻法

●大黄炭适量（生大黄明火烧至七、八成）。将大黄炭研粉，以消毒药棉蘸少量大黄炭粉塞患侧鼻孔。主治鼻衄。

鼻炎

鼻炎是鼻腔粘膜和粘膜下层的急慢性炎症。鼻炎有急、慢性鼻炎、萎缩性鼻炎、过敏性鼻炎等之分。急性鼻炎即通常讲的“伤风”，慢性鼻炎大多由急性鼻炎反复发作之故。萎缩性鼻炎是鼻腔粘膜、鼻甲骨质萎缩的疾病。过敏性鼻炎是身体对某些东西过敏而引起的鼻部异常反应。主要表现为鼻塞，鼻流浊涕，嗅觉减退，并伴有发热、喷嚏、头痛、头胀、咽部不适等症。

治疗

验方

●菊花 15 克，薄荷 15 克，佩兰 15 克，桔梗 15 克，白芷 15 克，连翘 15 克，半夏 15 克，前胡 15 克，黄苹 20 克，焦山栀 20 克，川芎 7.5 克，辛荑 7.5 克。每日 1 剂，水煎服。主治鼻渊。

●黄芩 3 克，茜草 2 克，白芷 2 克，苍耳子 3 克，公英 10 克，薄荷 1.5 克，细辛 0.5 克。水煎服，日 2 次，日 1 剂。主治慢性鼻炎。

●寸冬 15～25 克，生地 15 克，玄参 15 克，把叶、石斛 15 克，红花 15 克，桃仁 10 克。每日 1 剂，水煎服。鼻衄者加大小蓟各 15 克，仙鹤草 15 克；消化不良加白术 15 克；干咳加杏仁 19 克；畏苦者加甘草 7.5 克；头疼加川芎 15 克。

●党参 6 克，白术 6 克，泽泻 6 克，黄芪 6 克，茯等 10 克，淮山 10 克，苍耳子 10 克，苡仁 15 克，甘草 3 克。每日 1 剂，水煎服。主治过敏性鼻炎（脾肺气虚）。

●丝瓜藤（取近根部的）2～3 米，瘦猪肉 60 克，食盐少许。将丝瓜藤洗净，切成数段，猪肉切块，同放锅内加水煮汤，临吃时加盐调味，饮汤吃肉，5 次为 1 疗程，连用 1—3 疗程。主治萎缩性鼻炎。

●生姜片 15 克，葱白长 3 厘米的 3 段。解表通窍。前 2 味加水煮沸后加红糖 20 克，趁热饮下。主治急性鼻炎。

●生姜、大枣各 9 克，红糖 72 克。前 2 味煮沸加红糖，当茶饮。主治急性鼻炎、鼻寒、流清涕。

●草鱼肉片 150 克，生姜 25 克，米酒 100 毫升。用半碗水，煮沸后加入上 3 味，以生盐少许调味，趁热吃下。主治急性鼻炎。

●黄芪 10 克，柴胡 3 克，防风 6 克，诃子肉 10 克，于地黄 10 克，乌梅 10 克，豨莶草 10 克，蜂蜜 30 克。前 7 味水煎去渣，兑入蜂蜜，内服，每日 1 剂。主治过敏性鼻炎。

●防风、桂枝各 6 克，五味子 8 克，生黄芪 20 克，细辛 4 克，白芍 10 克，丁香 10 克，白术 10 克，生甘草 10 克。上药加水煎 2 次，取汁混匀，分 2 次内服。主治过敏性鼻炎。

●生地、黄精、白茅根、枯芩各 10 克，薄荷、皂刺各 6 克，藕节、苍耳子、桔梗各 9 克，鱼腥草 12 克，元参、当归各 15 克。本方随症加减，水煎服，每日 1 剂。主治萎缩性鼻炎。

●麻黄 9 克，防风 9 克，藁本 10 克，川芎 9 克，白芷 9 克，细辛 3 克，升麻 3 克，葛根 10 克，苍术 10 克，甘草 6 克。上药加水煎煮 2 次，取汁混匀，分 2 次内服，l 日 1 剂。主治外感风寒所致急性鼻炎。

●苍耳草、路路通、山白芷各 30 克。上药加水煎 2 次，取汁混匀，分 2 次内服。主治外感风寒所致急性鼻炎，症见鼻塞，流清涕。

鼻嗅法

●鱼脑石 3 克，冰片 0.3 克，将鱼脑石火中煅成灰色，研细粉，加冰片研和。病人头尽量后仰，将药粉 0.1 克喷入鼻腔，每日 1 次，9 日为 1 疗程，间隔 7 日再作下 1 疗程。清热凉血，解毒消炎。主治鼻炎。

●红升丹 6 克。黄柏 15 克，明雄黄 6 克，樟脑 6 克，荜拔 15 克。上药研粉备用。用时取少许吹鼻，吹药后流出少许眼泪鼻涕，即感窍通心畅。每日 1～2 次，3 天 1 疗程，每疗程间隔 2 天。主治萎缩性鼻炎。

●辛夷花 30 克。将辛夷花研末，瓶贮备用。用时取药适量吹鼻。l 日 3～5 次。3 日为 1 疗程。主治急性鼻炎。

塞鼻法

●桃树嫩叶 1～2 片。将嫩叶片揉成棉球状，塞入患鼻 10～20 分钟，待鼻内分泌大量清涕不能忍受时，弃掉塞药，每日 4 次，可连用一周。主治萎缩性鼻炎。

●苔藓适量。取井壁苔藓，用水漂净，取大小能纳入鼻孔的 1 块，外用纱布包裹，纳入病侧鼻孔，每 3 小时更换 1 次。清热消炎。主治鼻炎

●鲜桃树嫩尖叶适挝。将桃树嫩叶 1～2 支用手揉成棉球状，塞入患鼻（直达病处）10～20 分钟，待鼻内分泌大量清鼻涕，不能忍受时才取出。每日 4 次，连续用药 1 周。清热解毒，活血消炎。主治萎缩性鼻炎。

●大蒜适量。消炎通窍。大蒜捣碎成糊，涂布于鼻粘膜，或将糊加压过滤成液，以纱布侵蒜后填入，保持 24 小时，每日 1 次，共 3～4 次。主治萎缩性鼻炎。治疗后有流涕、流泪、甚至头昏等反应，一般不作处理。

涂贴法

●蜂蜜适量。先用温水洗去鼻腔内的结痂和分泌物，充分暴露鼻粘膜后，再用棉签蘸无腐败变质的生蜜涂鼻腔患外，每日早晚各涂药 1 欠。至鼻腔无痛痒、无分泌物、无结痂、嗅觉恢复为止。养血润燥消炎。主治萎缩性鼻炎。

●冰片 3 克，蜂蜜 100 克。滋阴润燥。冰片研末，溶于 100 毫升蜂蜜中搅匀即成。用棉签粘涂双侧鼻腔，1 日 3～5 次，连续涂至病愈。主治萎缩性鼻炎。

●大蒜适量。大蒜捣取汁，以生理盐水配成 40%大蒜液，用时以棉卷蘸取涂布鼻腔，每日 3 次。主治萎缩性鼻炎。

●斑蝥适量。将斑蝥炒酥，研末过筛，装瓶备用。取 1 平方厘米的胶布一块，中间挖去绿豆大小孔，胶布贴在患者内关或印堂穴上，置少许斑蝥粉于露出的穴位上。另取一胶布覆盖于上。20 小时后揭去胶布，可见穴位表皮上出现水泡，不须处理。待水泡自行吸收后，再贴第 2 次，第 3 次。注意：此药严防误入口、鼻腔和眼内。内关穴与印堂穴治疗效果相同。活血通络，治过敏性鼻炎。主治过敏性鼻炎。

点滴法

●苍耳子、辛夷、白芷、银花、连翅、野菊花、黄芩、丹皮、鹅不食草各 150 克，薄荷 100 克，细辛 50 克，鲜大叶校叶 300 克。

将诸药入砂锅或锑锅内，加水约 7500 毫升，煮沸后泡侵 4～6 小时，再用文火煮沸 1 小时后，加入薄荷续煮 20 分钟，停火，过 10 分钟后用纱布将水滤出，约得 2000 毫升为宜，待药冷却后，加入生硼砂粉约 20 克，以调节 PH 至 7～8 之间，静放 1～2 天，使其自然沉淀，然后取澄清药水，按 3/1000 加苯甲酸钠防腐备用。装滴瓶内，每支 10 毫升，日滴 3～5 天，每次 2～3

滴。初滴可引起喷嚏或鼻涕较多，一般 2～3 分钟即止，无其它副作用，主治急性鼻炎。

●苍耳子 60 克，白芒 60 克，辛夷各 60 克，冰片粉 6 克，薄荷霜 5 克，芝麻油 500 毫升，液体石蜡 1000 毫升。将麻油、苍耳子、白芷、辛夷同放锅内，浸泡 24 小时，加热待苍耳子、白芷、辛夷炸成黑黄色捞出，再下冰片粉、薄荷霜、液体石蜡，搅匀，冷却后过滤，分装小瓶内备用。仰头滴鼻，每次 1～2 滴，日滴 1～2 次。主治急、慢性鼻炎。

●苍耳子、辛夷花、黄芩各 1000 克，青黛 250 克。取辛夷花蒸馏，收集等量的蒸馏液，另器保存。辛夷蒸馏后的药渣与它药合并，煎煮 2 次后以水醇法处理，将蒸馏液于水浴上加热至 60°C左右，加 1～3%的吐温 80 克，与已经活性炭处理过的煎煮液合并，摇匀加适量新鲜注射甲水以氯化钠调节等物，再加入 0.3～1%苯甲醇，调 PH 值为 6.5～7.0 后，加注射用水 2000 毫升，用 3#重熔滤器减压过滤至澄清，分装于已清洁处理的盐水瓶中密塞，经 115°C灭菌 30 分钟。临用煎装于滴鼻管中，每支 10 毫升。用法为每日 3 次，每侧 3～4 滴，连滴 1 周为 1 疗程。

●苍耳子、辛夷各 160 克，麻油 1000 毫升。先将麻油温热后，加入研碎苍耳子和辛夷，浸泡 24 小时，再用文火熬至 800 毫升，冷却过滤，装瓶备用。每日滴鼻 3 次，1 个月 1 疗程。主治萎缩性鼻炎。

●芝麻油适量。清热润燥消肿。用麻油滴入每侧鼻腔 3 滴，每日 3 次。主治过敏性鼻炎。

●细辛 3 克，白芷、辛夷、川芎各 15 克，漏芦 20 克，薄荷 10 克。上药共研细面，和匀。以 10 克生药面加 7 根 6 厘米长洗净带须葱白，先将葱白捣烂，除去粗纤维后与药面搅拌，加香油调成浆状，以能自然下滴为度。每天 3～4 次滴鼻，每次滴入 3～5 滴。芳香化浊，通阳开窍。主治过敏性鼻炎。

●蜂蜜 10 克，白菊花 20 克。共蒸 2 小时，弃药取蜜滴鼻，每日数次。主治萎缩性鼻炎。

●麻油（即香油）适量。将油置锅内以文火慢慢煮炼，俟其沸腾时保持 15 分钟，待冷后迅速装入消毒瓶中。初次每侧鼻内滴 2～3 滴；习惯后渐增至 5～6 滴。每日 3 次。滴药后宜稍等几分钟让药液流遍鼻粘膜。一般治疗 2 周后显效，主治鼻炎。

口腔溃疡

口腔溃疡是口腔粘膜受损后形成的局部性溃疡病变。其原因与维生素 B2 不足、细菌感染、全身性疾病、消化不良等因素有关。可见唇、颊内侧、舌边、上腭、齿龈等处有灰白色假膜，从绿豆大到黄豆大，边有红晕，有单个或多个；散在弧立分布，溃疡处烧灼性疼痛，讲话和进食时加重。

治疗

西药

●先用 1.5%～3%双氧水清洁口腔，再用生理盐水漱口，每天进行 2～3 次，以清洁口腔。饭前用 1%～2%利多卡因液或 1%地卡因液涂溃疡部位，减轻疼痛。溃疡面积大、渗出物较多、疼痛剧烈而无新的肉芽生开者，可用 5%～10%硝酸银液烧的治疗，方法是：先将溃疡面用生理盐水清洁拭干，棉球隔离唾液，将硝银液用棉签醮涂于溃疡面，见发白后，再涂以 2%龙胆紫液。口服强的松可减轻症状，促进溃疡愈合，但不能控制复发。另外，可口服维生素 B2、B1、C 等。

中成药

●溃疡明显、疼痛较重者，可选用冰硼散或珠黄散吹布患处，亦可用桂林西瓜霜喷剂喷布患处。口疮溃疡疼痛轻微者，可用锡类散涂于患处。

验方

●山药 20 克，冰糖 30 克。上药置锅内，兑入适量温水，武火煮开，再用文火煎半小时。倒出药液，照上法重煎 1 次。2 次煎液混匀，分早晚 2 次服用。每日 1 剂，连眼 3 天。健脾利湿收疮。主治口疮。

●生石膏 30 克，白术 15 克，竹叶 6 克，石斜 10 克，黄柏 10 克，甘草 6 克。水煎眼，日一剂，早晚分服。主治口腔炎。

●苍术 15 克，五倍子 9 克，甘草 3 克。水煎服，日 1 剂，分两次服用，主治口疮。

●半夏 14 枚，鸡蛋 1 枚，米醋适量。将半夏洗净，破如枣核大，鸡蛋打一小孔，去黄留白，放入半夏，注入米醋以壳满为度。再把鸡蛋放置在铁丝架上，在火上烤之，沸三沸，去渣，取汁少许含咽之。不愈再用 3 剂。清热利咽。主治口舌生疮。

●生大黄、玄明粉各 9 克，枳实 6 克，甘草 3 克。每日 1 剂，水煎服。主治口腔溃疡。

敷贴法

●绿豆粉 6 克，丁香 10 粒（为末），生大黄粉 9 克。解毒止痛。上 3 味用开水调，敷足心，每晚 1 次，连用 5～6 次。主治口疮。

●吴茱萸 6 克，醋适量。将吴茱萸研细，用醋调成糊状，外敷患儿足心，用纱布包扎固定。晚上敷，次晨取下。主治鹅口疮。

●凤凰衣适量。将凤凰衣按伤口面之大小剪切，以淡盐水浸泡数分钟后，取出敷贴在患处。止痛敛疮。主治口唇灼热、破裂、口疮等症。

敷脐法

●细辛适量。把细辛研成细末，用植物油适量加入调和成糊状，敷脐，每日 1 次，3～5 天为 1 疗程。主治口疳。

●吴茱萸，川椒、天南星各等量。共研细末，每次取 20 克，用醋调和成糊状，外敷于脐部和两足心，用胶布固定，每日 1 次，5 次为 1 个疗程。主

治口疳。

●生硫黄 15 克。研成细末后，用醋调和，敷于脐部和足心，外用胶布固定，每日 1 次。至愈。主治口疳。

●生南星、生川军 10 克。把上 2 味药烘干，共研成细末，用陈醋调和，敷脐部和足心，隔日 1 次，至愈。主治口糜。

●吴茱萸适量。研成细末，用水调成糊，敷神阙穴。每天换 1 次药，5 天为 1 疗程。主治口疮。

●细辛 6 克。把细辛研成细末，分成 5 份以备用。临症每次取 1 份，用适量米醋调成糊状，外敷脐中穴，再用胶布固定。主治口疮。

灸脐法

●艾绒或药艾绒（丁香、吴茱萸、附子，细辛各等量研成细末，和艾绒充分混合）。将艾绒或药艾绒做成艾条，对准病人神阙穴做悬灸，让病人感到温热舒适，而不热痛难忍，灸 20 分钟。每日 1 次，重者可日灸 2 次。主治口腔溃疡。

吹敷法

●干甜瓜子、蜂蜜各适量。干甜瓜子去壳，研末，蜜熬少许，调成膏，食后含化，或敷齿上。主治口气热臭。

●黄连，干姜各等份。研细，用药粉未吹敷于舌之溃疡面上，1 日 2 次。主治口疮。

●五倍子 30 克，青黛 30 克。先将五倍子文火炒黄，碾碎过筛，再与青黛同放入乳钵内研细，装瓶备用。同时，将药粉吹撒于口疮溃疡面上，每日 3 次。主治口腔溃疡。

含漱法

●川牛膝 30 克，黄酒 500 毫升。浸酒，含漱，亦可煎服。主治口舌疮烂。

●地骨皮 50 克，米酒 250 毫升。酒渍半日，即可。含漱其汁，以愈为度。主治喉舌疮烂。

●生姜适量。捣烂取汁，频频漱口。主治口疮。

●茶叶。口嚼，并以浓茶含漱。主治食蒜所致口臭。

●干姜、黄连各等量。共研为细末，泡水含漱。主治口疮。

●干姜、黄柏各等份。共研细未，过筛贮瓶备用，用时取药末适量，干擦口内，温水漱口。主治口疮。

●仙鹤草根 30 克。水煎 15 分钟，嗽口内眼。每日 2 次，5 天为 1 疗程。活血消炎。主治口腔溃烂有效率 80%。

涂擦法

●大枣去核 1～2 枚，明矾适量。大枣内塞入与枣核大小相当的明矾，置火上烘烤成炭，存性（不可成炭灰），研细末。先用茶水清洗口腔，再将药粉撒布口腔病变处，每日 3 次。燥湿消炎，收敛生肌。主治鹅口疮。

●大的活地龙 10～15 条，白糖 50 克。活地龙用清水洗净后置于杯中，不要弄断，撒上白糖，用摄子轻轻搅拌，使其溶化成黄色粘液，盛于消毒瓶内备用。将此液涂布在疮面上，涂布范围略大于疮面，3～5 分钟后用盐水棉球擦掉即可。每日 3～4 次，夜晚疼痛时可再涂 1 次。一般 3～5 天可治愈。法风凉血消炎。主治小儿鹅口疮。

●红糖适量。将手洗净，以手指蘸糖，轻轻涂擦口腔患处，每日数次。一般 2～3 日即愈，且愈后不再复发养血降火，祛湿生肌。主治鹅口疮。

●橄榄炭、百草霜、青黛各等份。上药研细末，撒患处，每日 3～4 次，一般用药 5 天后口腔症状消除。清热解毒，止血收疮。主治鹅口疮。

口臭

口臭是指口内出气臭秽。由某些口腔疾病，鼻咽喉疾病和其他疾病所致。症状为口中出气腐臭、口干欲饮，身热烦躁，齿龈红肿，便秘。饮食不化，食后脘闷、口内出气腥臭，面色萎黄、大便溏薄。

治疗

验方

●鲜老丝瓜 1 根，盐少许。清热除臭。将丝瓜洗净，连皮切段，加水煎煮，半小时后加盐，再煮半小时即成。每日服 2 次。主治口臭。

●薄荷 10 克，白术 15 克，石菖薄 10 克。煎水代茶饮。主治口臭。

●野菊花 50 克。煎水泡茶饮，不拘多少。主治口臭。

含漱法

●母丁香。丁香洗净，含于口中 1 粒。主治湿热、龋齿食滓腐烂之口臭。

●大黄、冰片各等量。将大黄炒炭研末，加冰片混匀，每日晨起以本方刷牙漱口。泻热降火，爽口除臭。主治口臭。

●木香 10 克，公丁香 6 克，藿香、白芷各 12 克，粉葛根 30 克。水煎，分数次含漱，每日 1 剂。不宜久煎。芳香化湿，清胃除臭。主治口臭

●佩兰 15 克。水煎服，每日 1 剂，每次煎 5～10 分钟，含漱或内服，芳香比湿，除臭爽口。主治口臭。

●鲜老丝瓜 1 条，盐少许。将丝瓜洗净，连皮切段，加水煎煮半小时，放盐再煮半小时即成，日用 2 次。清热降火。主治口臭

●干甜瓜子适量。清热除臭。干甜瓜子去壳研细，蜜少许，调丸如枣核大，食后含化，敷牙齿上。主治口气热臭。

敷脐法

●细辛 6 克，生南星、斑蝥各 1 克。共研为细末，分 5 次用。用时以米醋调成糊状，外敷脐部。每天用 1 包，连用 4 至 5 天。主治用于因口腔炎之口臭者。

填脐法

●薄荷脑适量。先把脐部洗净，常规消毒，用薄荷脑适量，纳于脐中，外用脐布固定，3～6 天换 1 次药。一般用药 1 日后，口中就有清爽感。主治口臭。

流泪症

流泪症是不自主地经常有泪流出，见风更甚，故又称迎风流泪。是由于睑缘位置异常、泪道系统阻塞或排泄功能不全所引起的病症。本病有“迎风冷泪”和“元时冷泪”两种。迎风冷泪者，平素目无赤烂肿痛，亦不流泪，但遇风则泪出，无风即止，或仅在冬季或初春遇寒风刺激时泪出汪汪，泪液清稀无热感。无时冷泪者，不分春夏秋冬，无风有风，不时泪下，迎风尤甚。

治疗

验方

●炙全蝎 3 克，陈皮 1.5 克。共研细末，装瓶备用。每日服 1.5 克。法风通络，健脾除温。主治急性泪囊炎。

●天仙子 3～6 克，生甘草 6 克，红枣 5 枚。水煎服，每日 1 剂。明目摄泪。主治流泪

薰洗法

●苍术、菊花各 10 克。上药用 300～500 毫升沸水浸泡，待药水至温热后洗服。每日 2 次，连洗 3～5 日。如趁热用其蒸气熏眼，效果更好。主治流泪

●桑叶 15 克，芒硝 3 克。水煎，洗眼。每日 2～3 次。主治

针加抽气罐法

●太阳穴。选用 28 号毫针，经常规消毒后，取患侧太阳穴，直刺约 1 寸，捻转得气后留针 20～30 分钟。起针后即在太阳穴拔罐。用青霉素瓶，将瓶底磨去做罐。把其放在太阳穴处，用注射器抽取其中空气，形成负压即可拔住，留罐 10～20 分钟。起罐后，即在拔罐部位贴一块伤湿止痛膏。主治泪溢症（迎风流泪而泪道通畅者）。

龋 齿

龋齿俗称“蛀牙”、“虫牙”，是牙体组织被龋蚀，逐渐毁坏崩解的一种疾病，其发生与细菌的存在，饮水、饮食、营养、内分泌、遗传，口腔卫生，全身疾病等因素有关。症状牙釉质表面色素沉着，粗糙、变软或成暗灰色。形成龋洞，病邪对冷、热、酸、甜等刺激敏感，产生一时性酸痛，但刺激除去，病状消失。

治疗

西药

●龋齿初期尚未形成龋洞时，可采用涂氟防龋法，即选用 2%氯化钠溶液、75%氟化钠甘油或 80%氟化亚锡溶液涂牙面，也可使用含氟牙膏刷牙。龋洞内可填塞碘甘油类小棉球。如牙齿疼痛，可服索密痛，或局部使用牙痛水。

中成药

●龋齿发生于儿童和青年，病变进展较快，牙髓发生充血，牙痛剧烈，口腻口臭者，可服牛黄上清丸，外用清胃散。

龋齿发生于成年体弱或老年人，病变进展比较缓慢，龋洞内软化的牙本质颜色较深，呈棕色或黑褐色，结构比较干硬，并觉腰酸、头晕、耳鸣、足跟疼痛者，可选用六味地黄丸或知柏地黄丸。

验方

●独活、当归、川芎、革拔、黄芩各 10 克，细辛、丁香、甘草各 3 克。水煎取汁，先含后咽之，每日 6～7 次，每次 2～3 口。主治龋齿牙痛。

●苍耳 9 克，鸡蛋 2 个。将苍耳炒黄去外壳，把籽仁研成糊，再把鸡蛋打碎同煎（不用油和盐），待煎熟后一次口服。主治龋齿牙痛。

●夏枯草、桑白皮、香附、生甘草各 30 克。水煎服，每日一剂，早晚服用。主治龋齿。

含漱法

●鲜地骨皮 60 克，食醋 250 毫升。将地骨皮洗净加入醋内浓煎，去渣取液，连续口含数次。主治龋齿牙痛。

●花椒 12 克，瓦松 30 克。水煎漱口，日数次。主治龋齿。

●山奈、细辛、薄荷、韭菜子各 6 克，陈米醋 90 克。将各药切碎，入陈醋内，浸 36 小时过滤，瓶贮备用，每用冷漱 3 分钟，连用 3 次。主治龋齿。

点滴法

●乳香 15 克。用火燃烧乳香，即有油出，急取油滴入耳内。主治龋齿

涂擦法

●雄黄 100 克，香油 50 毫升。调成糊状，涂抹患牙，痛止后用清水洗口。主治龋齿牙痛。

●马鞭草、地苦胆、射干各等量。将上药洗净、切碎，用酒精浸泡 2～3 天，用棉球蘸药液涂患处。主治龋齿作痛。

塞药法

●生地 2 克，冰片 1.2 克。将药共捣为丸，塞于龋洞处。主治龋齿牙痛。

●鲜桃树枝一根。用香油点火，烧烤桃树枝一端，有热气时放在龋齿上，反复数次。主治龋齿牙痛。

牙周病

牙周病是发生于牙齿周围组织的一种慢性进行性疾病，牙龈发生炎症和水肿，牙周袋形成，牙槽骨吸收、牙齿松动，咀嚼功能下降，最终导致牙齿脱落。其致病原因为口腔卫生不良，牙石和软垢堆集、食物嵌塞及细菌、菌斑等微生物等因素。症状初起时无自觉症状，晚期可出现牙龈出血，溢脓、牙齿松动。

治疗

验方

●绿茶 1 克，芒果（去核）皮肉 50 克，白糖 25 克。鲜果洗净去核用皮肉加水 400 毫升，煮沸 3 分钟，加入绿茶和白糖即可，分 2 次温服，日服 1 剂。主治牙龈出血。

●绿茶 1 克，番前 100 克。番茄洗净，开水烫洗后，捣碎和绿茶置于杯中加开水 400 毫升，分 2 次服，主治牙龈出血。

●玉竹 15 克，食醋适量，旱莲草 9 克。将玉竹、旱莲草煎水，加醋后服用，每天 1 剂，连服数剂。主治牙龈出血，口渴，咽干。

●绿茶 1 克，细辛 4 克，炙甘草 10 克。后 2 味加水 400 毫升，煮沸 5 分钟，加入茶叶即可，分 3 次饭后服，每日 1 剂。

●白酒 100 毫升，鸡蛋 1 个。白酒倒入瓷碗，用火点燃，把鸡蛋打入白酒、不搅动，不加调料，待火熄蛋熟，冷后一服下，每日 2 次，1～3 次即可。主治牙周炎。

扁桃体

炎扁桃体炎包括急性卡他性扁桃体炎、陷窝性桃体炎、慢性扁桃体炎、扁桃体周围脓肿等。由溶血性链球菌或葡萄菌感染所致。症状为两侧扁桃体充血肿大，或表面有淡黄色或白色脓点为主要特征。严重者红肿散至四周，感染化脓，自觉喉部疼痛，吞咽时加重，并伴有发热、恶寒、头痛，颈项转侧不利等。

治疗

西药

●急性患者可选用青霉素、洁霉素、庆大霉素、小诺霉素、链霉素、四环素、土霉素、红霉素、强力霉素、螺旋霉素、麦迪霉素、先锋霉素、复方新诺明等抗生素；体温过高者，可选用复方阿司匹林、解热镇痛片。咽喉局部可选用复方硼砂溶液（朵贝氏液）或温生理盐水、醋柳酸水等漱口，儿童可用温热糖水漱口，有助于消炎止痛，也可行颈部热敷或用 1/3 酒精冲入 2/3 沸水中作蒸气吸入（儿童忌用）。慢性扁桃体炎急性发作时，治疗方法同上，平时则采取综合治疗法，即增强体质、局部用药和适量抗生素相结合，并可常服维生素 C、鱼肝油等。

中成药

●急性扁桃体炎患者，可含化六神丸或喉症丸，亦可服用银翘解毒丸或穿心莲片。咽喉溃烂及化脓、肿痛剧烈者，可选用冰硼散、珠黄散、冰麝散吹喉。

验方

●蒲公英 40～60 克，粳米 50～100 克。先将蒲公英洗净切碎，再加水煎煮后过滤取汁，然后将粳米入蒲公英汁中熬粥不拘时食之。清热利咽，消炎止痛。主治各种急慢性扁桃体炎，亦可用于急性传染性肝炎，以及急性眼结膜炎的辅助治疗。

●金银花 15～30 克，山豆根 9～15 克，生甘草 9 克，硼砂 1.5 克（冲）。便秘加大黄；发热恶寒加荆芥、防风；阴虚加玄参。每日 1 剂，水煎服。主治急性扁桃体炎。

●桑叶、荆芥各 6 克，牛蒡子、竹叶、瓜蒌仁各 10 克，赤芍、板兰根各 15 克，石膏、芦根各 30 克，杏仁、山豆根、象贝各 12 克，甘草 3 克。每日 1 剂，水煎服。主治急性化脓性扁桃体炎。

●茶叶 5 克，丝瓜 200 克。茶叶冲泡取汁。丝瓜洗净切片加盐煮熟，倒入茶叶汁，拌匀服食。主治扁桃腺炎，咽喉肿痛。

●茶叶、金银花各 6 克。沸水冲泡，代茶饮。主治扁桃腺炎，咽喉炎。

●绿茶 1 克，薄荷 15 克，甘草 3 克。加水 1000 毫升，煮沸，投入上述诸药，5 分钟即可。少量多次温饮，饮后加开水 1000 毫升，蜂蜜 25 克，再如前法饮，每日 1 剂。主治扁桃腺炎。

●蜂房适量，黄酒。蜂房撕碎焙干研末，每 6 小时 1 次，每次 1～2 克，以温黄酒 30 毫升送服。主治急性化脓性扁桃体炎。

●野樱桃树根 30 克，黄酒 500 毫升。煎煮，去渣饮服。主治咽喉疼痛，扁桃体肿大。

●鲜蛤蟆草一把，花主米大小白矾 1 块。将鲜蛤蟆草用凉水洗净，加白矾，捣烂取汁，一次服下，日一次。主治扁桃体炎。

●蒲公英 30 克，黄芩 30 克，桔梗 10 克，甘草 10 克。水煎服，日一剂，分两次服下。主治扁桃体炎。

●双花 60 克，大青叶根 30 克，黄芩 18 克，黄柏 12 克，公英 20 克，生地 30 克，白芍 12 克，玄参 30 克，白芷 12 克，当归 12 克，寸冬 30 克，桔梗 12 克，射干 18 克，山豆根 15 克，薄荷 12 克。加水 500 毫升，煎取 500 毫升，一次口服，日一剂。主治扁桃体炎。

●元参 15 克，生地 15 克，木蝴蝶 9 克，僵蚕 10 克，半夏 9 克，桔梗 10 克，云等 12 克，牛蒡子 10 克，生甘草 6 克。水煎服、每日 1 剂。主治慢性扁桃体炎。

雾化吸入法

●二花、菊花各 300 克，红花、赤芍各 350 克，寸冬 250 克，玄参 150 克。上药制成水剂，每次用 15～20 毫升，加水 10～15 毫升，经吸入器直接喷入咽喉部，1 日 1 次，5 天 1 疗程。主治急性扁桃体炎。

吹喉法

●玄明粉 15 克，朱砂 1.8 克，硼砂 9 克，冰片 1.2 克。上药研为细末，装瓶密封。用时取少量吹入咽喉，每日 3 次，10 日为 1 疗程。主治慢性扁桃体炎。

咽喉涂布法

●硼砂 9 克，胆矾、冰片各 0.9 克。上药共研细末，同时以筷子蘸取少许点于扁桃体上。每日 3 次，1 周为 1 疗程。主治慢性扁桃体炎。

咽炎

咽炎又称“喉痹”，为慢性感染所引起的弥慢性咽部病变，可分为急性和慢性两种，多与过度使用声带，吸入烟尘及有害气体，过度吸烟，饮酒等因素有关。症状为喉干、发痒、灼热，甚者有咽痛，声音嘶哑，咳嗽，发热等症。

治疗

西药

●急性咽炎时，局部可用1∶5000呋喃西林、复方硼砂溶液（朵贝氏液）、双氧水或淡盐水漱口，每天数次。可选用 1%～2%碘甘油、10%鞣酸甘油、复方碘油、2%硼酸甘油、2%～5%硝酸银溶液涂擦咽部，有收敛及消炎作用，还可用各种含片，如杜灭芬、溶菌酶、磺含片以及四季润喉片等含服。对伴有明显全身症状者，可选用青霉素、链霉素、四环素、红霉素、庆大霉素、螺旋霉素、洁霉素、麦迪霉素、小诺霉素、复方新诺明等治疗。

中成药

●初起恶寒发热、头部胀痛、咽干灼热而肿痛者，可选用银翘解毒丸、六神丸、喉症丸、牛黄消炎丸，咽干不适、时有疼痛，并有明显的异物感，痰多粘稠者，可选用知柏地黄丸；咽痛明显而可吹敷锡类散或冰硼散。

验方

●鲜芝麻叶6片。上药洗净，嚼烂慢慢吞咽。每日3次，每次6片叶。连服3天有效。滋阴生津，润咽消炎。主治急慢性咽炎。

●山豆根10克，桔梗5克，麦冬4克，双花3克。上药水煎服。每日1剂，分两次服。或按上述比例制成片剂口服，每片0.3片，每次4片，每日3次。清热解毒，利咽消肿。主治急、慢性咽炎。

●玄参10克，麦冬10克，甘草10克，桔梗10克，银花15克，大海6克。水煎服，日一剂，分两次温服。主治慢性咽炎。

●半枝莲250克。放开水中浸泡12小时，取液口服，日三次，每次50毫升，主治慢性咽炎。

●土牛膝21克，岗梅根15克，山芝麻6克，甘草6克。水煎服，日1剂，早晚两次分服。主治咽喉炎。

●茶叶、蜂蜜各适量。取茶叶（龙井尤佳），用小纱布袋装好，置于杯中，用沸水泡出茶叶，稍凉后加适量蜂蜜，搅匀后缓慢服下，每日5～7次，每次一杯。主治咽喉炎。

●板兰根45克，穿根藤30克，生地黄15克，金银花15克，甘草6克，薄荷6克，桔梗9克。水煎服，日1剂，早晚两次服用。主治咽喉炎。

●金银花15克，麦冬15克，杭菊花10克，桔梗10克，木蝴蝶3克，粉甘草3克，胖大海3枚。泡茶饮用，日 1剂，每日5～7次，每次200毫升。主治咽喉炎。

●水发海带500克，白糖250克。将海带洗净，切丝，放锅内加水煮熟，捞出，拌入白糖腌渍1天后食用，每服50克，每日2次。软坚散结，利咽。主治慢性咽炎。

各种癌症

子宫颈癌

子宫颈癌是生长在子宫颈组织上的恶性肿瘤。其发病原因与性生活、子宫颈伤病、包皮垢、内分泌、病毒感染、精神及遗传等因素有关。早期时常见接触性出血，中晚期则见阴道无规则性出血及带下量多如米泔，腥臭味，或见腰腹疼痛。

治疗

验方

●红苋菜 200 克。水煎温服，每日 2～3 次。清热消毒。主治子宫颈癌。

●槐蕈（即槐树上长的香蕈）。水煎服，可连续服用。主治子宫颈癌。

●鲫鱼鳞、鲤鱼鳞、黄酒各适量。将两种鱼鳞用文火稍加水熬成鱼鳞胶，每服 30 克，温酒兑水化服。主治乳腺癌及宫颈癌。

●山豆根 30 克，白花蛇舌草 60 克，黄柏 30 克，干脐带 30 克，贯众 30 克。各药煎煮成浸膏，干燥后加辅料研成粉剂。清热解毒。主治宫颈癌。

●鲜石见穿 30 克，鲜六月雪 30 克，鲜墓头回 30 克，鲜香附 15 克。水煎服，每日一剂，2 次分服。清热解毒，活血祛瘀。主治子宫颈癌。

●鲜南星、鲜半夏。内服：半夏制成片剂，每片内含生药 1 分，每次服 4～5 片。或鲜南星煎汤代茶，每日 1 剂。外用：将鲜南星或鲜半夏根部洗净，每 2 钱加 75%酒精 0.5 毫升，捣碎，用纱布包好，在宫颈病灶处塞紧，阴道外口再塞一棉球，每天或隔天一次。化痰开结。主治宫颈癌。

敷贴法

●（1）砒石 10 克，硇砂 10 克，枯矾 20 克，碘仿 40 克，冰片适量。（2）生马钱子 500 克，天花粉 500 克，重楼 500 克，甘草 500 克。（1）方研末、过 120 目筛。用时以带线棉球蘸处药粉，上于病灶处，每日或隔日一次。（2）方先将生马钱子去皮，麻油炒至焦黄，再与其他药研末制片，每片重 0.3 克，服时每次 3～5 片，每日 3 次。治宫颈癌有较好疗效。个别病人用后有轻微腹痛腹坠或阴道分泌物增多，阴道痛等，停药后即可恢复。（2）方可增进食欲、体力，但服量过多，可致手足紫胀。

●信石、红枣、冰片各适量。先挑取红枣无虫蛀者，去核并放入信石一块，升华焙制成粉块，粉碎后加冰片混匀，研细过 100 目筛、备用。用时将药粉直接涂敷病灶处，48 小时后冲干净，改上拔毒生肌膏，交替至愈，月经期或有出血时暂停使用。解毒去腐。治疗子宫颈癌。少数病人用药后出现肝功不良，心动过速等副作用。故心、肝、肾功能不全患者忌用。另外本方腐蚀性较大，易引起阴道溃疡，用时宜多加注意。

白血病

白血病是血液和造血系统的恶性肿瘤，即“血癌”。其发病原因大体上与放射、化学、药物、病毒、免疫、遗传等因素有关。为出血及紫癜，低烧或高烧，自汗盗汗，心悸气短，疲乏无力、浮肿、消瘦等症。

治疗

验方

●猪脾烘干研粉加野百合粉等量混匀装入胶囊，每次 2 粒，每日 2 次。用于白血病。

●何首乌 3 克，白芨 6 克，水煎服。用于白血病。

●犀黄丸或醒消丸，每日 3 克。用于白血病。

●当归芦荟丸，每次 6 克，每日 3 次。用于白血病。

●穿心莲 50 克，水煎服。用于白血病。

乳腺癌

乳腺癌是生长在乳房组织内的恶性肿瘤，是女性最常见而多发的疾病，男性也有发生。其发病原因多与内分泌、乳病、妊娠、哺乳、手术、饮食、精神、遗传、放射等因素有关。症状为乳房肿块、坚硬、边界不清、表面不平，乳房表面皮肤有如橘皮样粗糙，乳头回缩内陷或固定不移，或可见单侧乳头有血水样、乳汁样、黄水样、脓浆样少量液体溢出，少数人伴有疼痛。

治疗

验方

●南瓜蒂 2 个，黄酒 100 克。将南瓜蒂烧灰存性，研成细末，用黄酒一次送服，早晚各一次。主治乳腺癌。

●青桔核 20 克。用水一碗半，煎成一碗，每日一次，温酒送下，化痰散结。主治乳癌初起。

●青桔叶、青桔皮、桔核各 25 克，黄酒适量。上药用酒水各半合煎，每日二次温服。化痰理气，散结消肿。主治乳腺癌。

●天门冬适量。其用法有三：①鲜天门冬剥皮后，加适量黄酒蒸半小时，饮用黄酒。②鲜天门冬剥皮后生吃，用适量黄酒送服。③天门冬压榨取汁，用适量黄酒送服。用量每次一两，每日三次，收效不明显者可一次加至三两。有控制乳腺癌发展的作用。

●龟板、黑枣各适量。龟板炙黄研细，黑枣肉捣烂糊丸，每日 3 次，每次 6～9 克，温开水送服。软坚散结，主治乳癌。

●蜈蚣 10 克，全蝎 10 克，穿山甲 12 克，海马 10 克。上药共焙干研末，每次 1 克，每日 2 次、黄酒送服。解毒消肿。主治乳癌。

●螃蟹 2 只，枸杞、柑桔、李子各 4 个。螃蟹煮熟佐餐，每日食之，余药煎汤代茶饮，可连续服用。消结散瘀，主治乳腺癌。

●大活鲫鱼、食盐各适量。取鱼肉加食盐少许捣乱，敷于患处，每日更换 3～4 次。解毒散瘀。主治乳癌。

●海藻 30 克，海带 30 克，决明子 30 克，女贞子 30 克。水煎，每日一剂，分二次服。软坚散结，养阴清热。主治乳腺癌。

●紫金锭 30 克，王不留行 30 克，猫眼草 30 克，银花 30 克，冰片 0.9 克。将王不留行、猫眼草，银花水煎醇沉，浓缩，烘干制成浸出物，再与紫金锭和冰片混匀，制成散剂。每次眼 3 克，每日二次。另取药适量，水调敷于患处。清热解毒，化瘀散结。主治乳腺癌。

膀胱癌

膀胱癌是泌尿系统常见的肿瘤之一。可见间歇性无痛性血尿，或尿后带血伴有尿频、尿痛、小腹坠胀，时有发热等症。

治疗

验方

●蜀羊泉、龙葵、蛇莓各 30 克，灯芯草 10 克，土茯苓、土贝母、海金砂各 30 克，竹叶 10 克。水煎服。用于膀胱癌。

胰腺癌

胰腺癌多发生在胰头，仅少数发生在胰体和胰尾部。症状为消化不良、厌食，恶心呕吐，皮肤瘙痒、黄染，腹痛、夜间尤甚，胁下肿块，形体消瘦等症。

治疗

验方

●鸡内金 30 克，青黛 15 克，人工牛黄 15 克，紫金锭 10 克，野菊花 60 克，草河车 30 克，三七 30 克。共研细末，每次 2 克，每日 3 次。用于胰腺癌。

●肿节枫片，每次 6 片，每日 3 次。或肿节枫注射液，每次 4 毫升，每日 1 次，肌肉注射。用于胰腺癌。

直肠癌

直肠癌是大肠的末端肠道，上连乙状结肠，下通肛门，全长约 15 厘米。直肠癌是生长在直肠组织上的恶性肿瘤。其发病原因多为溃疡性结肠炎，直肠息肉、直肠血吸虫病、高脂肪饮食等因素。症状为可见直肠结节或肿物疼痛，大便带脓血粘液，大便次数增多，饮食减少，体重减轻等症。

治疗

西药

●手术切除癌肿是主要的治疗方法，对术后或不能手术的病人，可进行化疗，结肠癌首选药物为 5-氟脲嘧啶，其次还可选用环已亚硝脲、环磷酰胺、丝裂霉素或喜树碱等药物。直肠癌主要选用 5-氟脲嘧、自力霉素治疗。

验方

●猕猴桃树根 250 克，白酒适量。将树根切成小片段，洗净后浸于酒内，一周后饮用，每日 3 次，每次 15～30 毫升，久服见效。对食道癌、胃癌、结肠癌均有一定疗效。

●猪殃殃 60 克，鸦胆子 15 粒（胶囊包吞），蜀羊泉 60 克，败酱草 30 克，铁扁担 30 克，水红花子 15 克。水煎服。每日 1 剂分二次服。对结肠、直肠癌有较好效果。便血者加茜草根 30 克；便秘者加土大黄 15 克，望江南 30 克；腹胀者加栽术 9 克。

●海藻 30 克，水蛭 6 克。二药分别用微火焙干，研为细末混匀，口服每次 3 克，每日 2 次，黄酒送服，对直肠癌有效，对食管癌亦有一定疗效。

●青蒿 60 克，鲜野葡萄根 60 克，地榆 60 克，鲜蛇莓 30 克。上药洗净沥干，置暖水瓶中，倒入沸水浸过药面，浸泡 12 小时，滤出药液，口服每日 1 剂，分多次饮用，15 天为一个疗程。清热凉血。主治直肠癌。

●赤练蛇粉 30 克，没食子 12 克，禹余粮 30 克，附子 6 克，干姜 6 克，河子肉 10 克，肉蔻 6 克，紫河车粉 25 克，炙五倍子 45 克，制乳没 15 克。共研细末，每次 3 克，每日 2 次。主治直肠癌。

食管癌

食管癌亦称食道癌，是生长在食管组织上的恶性肿瘤。其发病原因与饮食不良有密切关系。症状为纳食不畅，胸隔胀满，时有呃逆、恶心呕吐，甚者吞咽困难，或吞咽不下，食入即吐，胸背疼痛，形体消瘦等症。

治疗

西药

●手术切除是治疗本病的主要方法，早期切除常可达到根治效果，但多数食管癌因发现较迟而失去手术治疗机会，且单一的手术疗法预后甚差，故术前术后仍须配合放射疗法或化学药物治疗。化疗可选用的药物有争光霉素、环磷酰胺和 5-氟脲嘧啶等。

中药

●患者有进食梗阻感、查见食管上皮重度增生时，为阻断癌变，可选用六味地黄丸。

验方

●活壁虎 5 只，白酒 0.5 公斤。以锡壶盛酒，将活壁虎泡入，浸泡 2～3 天。每次口服 10 毫升，每日 3 次，于饭前 0.5 小时慢慢吞入为好。化瘀散结，开道降逆。服后 20 分钟即有开道效果，可以饮水，部分尚可进食。对于食道癌晚期有一定疗效。

●板兰根 30 克，猫眼草 30 克，人工牛黄 6 克，硇砂 3 克，威灵仙 60 克，制南星 9 克。加水共煮，制成稠浸膏，加入淀粉，烘干研细，口服每次 1.5 克，每日服 4 次。解毒化瘀，涤痰通塞。用治食道癌。

●硼砂 60 克，火硝 30 克，硇砂 6 克，礞石 15 克，沉香 9 克，冰片 9 克。上药共研细末，每次口服 1 克，含化后缓缓吞咽，每半小时至一小时眼一次，待粘液吐尽，能进食时，改为每三小时一次，两天后停药。化痰降气。用治食管癌。

●雅胆子仁 60 克，桃仁 120 克，水蛭 60 克，生赭石 250 克。取后三味药共研细末，雅胆子仁另外捣烂，合为一起混匀，口服每次 10～12 克，每日 3～4 次，藕粉冲汁送服。对食道癌有疗效。

●鲜韭菜叶。将韭菜叶清水浸泡半日，捣烂绞取汁，每日三次，每次饮汁 100 毫升。对食管癌有一定疗效。

●大梨 1 个，巴豆 49 粒，红糖 30 克。将梨挖去核心纳入巴豆，封好，连同剩余的巴豆放入碗中，蒸约 1 小时，加入红糖，去巴豆，吃梨喝汤。养阴通塞。对食道癌有一定疗效。

●甘遂末 5 克，甘草 10 克。上药水煎二次，合为一起，分二次服用，日服一剂，若无明显副作用，可连服 30 天，为一疗程。体质弱者可减量服用。祛瘀散结，解毒消肿。用于治疗食道癌。

●活鲜鹅 3 只。用注射器刺入鹅的血管内抽血，每次抽血 5～15 毫升，趁热服下，连续服用。用治食道癌。

●韭菜汁 60 克，牛乳 20 克，生姜汁 20 克，竹沥 30 克，童便 60 毫升。韭菜洗净捣烂取汁，鲜姜浸泡后取汁，五汁合为一起，为一日用量，每次少许，频频服用，连续服用 6～10 日为一疗程。化痰降逆，养阴化瘀。用于治疗食道癌。

●盐卤 1500 克，海带 500 克，硼砂 25 克，冰片 25 克。将盐卤、海带（不

去盐泥）放入锅内加水 15 斤，用桑柴煮，浓缩至 3 斤左右，取出海带，再将硼砂、冰片研末，放锅内溶化，取出装瓶备用。每日服二次，饭前服。每次半小酒盅（约 5～6 毫升），需长期服用。主治食道癌。

●广木香 15 克，川黄连 15 克，牛黄 5 克。共研细末，制成蜜丸七个。每日含化一丸，七日为一疗程。主治食道癌。

●半支莲 60 克，蒲公英、黄药子各 30 克，法半夏 9 克，全括蒌 15 克，黄连 6 克。水煎服，每日 1 剂。对食道癌有疗效。

●猫胎盘 2 只。焙干研末，早晚各服 6～9 克，黄酒或甜酒送服。增强机体免疫功能。对食管癌有一定疗效。

●黄鱼鳔、香油各适量。鱼鳔用香油炸酥，压碎为末，每服 5 克，每日三次，温开水送服。用治食管癌及胃癌。

●核桃树枝（手指粗者）1 尺长，鸡蛋 2 个。将树枝切断，煎汤取汁去渣，用药汤煮鸡蛋，分两次将蛋吃下，连续服用。

●蜈蚣 5 条，全蝎 6 克，白花蛇舌草 30 克，半枝莲 60 克，夏枯草 30 克，紫草根 30 克，山药 15 克，内金 10 克，沙参 10 克，白茅根 30 克，旋复花 10 克，半夏 10 克，大枣 15 克。水煎去渣，加蜂蜜 120 克，煮成膏状，分 3 次内服。用于食道癌。

●藤梨根 30 克，白屈菜 10 克，半枝莲 10 克。加水熬至深红，去渣浓缩，制成糖浆，每次服 10 毫升，每日 2 次。用于食道癌。

●干蟾 0.3 克，山药粉 10 克。水泛为丸，绿豆大，每次 4 粒，每日 3 次。用于食道癌。

●地龙 5 条，壁虎 2 个，猪胆、羊胆、狗胆各 1 个。上药分别剪碎末混合，再焙干研成细末而成赭黄色，量约 10 克，分为二包。第一天晨起服川军 10 克，白开水送服，第二天、三天晨起空腹各服上药 1 包，白酒 60 毫升。休 3 天，再服。用于食道癌。

肝癌

肝癌或称原发性肝癌，是发生在肝脏组织的常见恶性肿瘤。在癌性病变中发病率最高，素有“癌中之王”的称号。肝癌大体上分为结节型、巨块型和弥漫型三种，以结节型恶性度最高。症状为肝大、质硬、压痛、包块不平、纳呆、肝掌、蜘蛛痣、呕血、便血、腹水、黄疸、发烧、浮肿、消瘦等症。

治疗

西药

●可选药物有 5-氟脲嘧啶、阿霉素、顺氯氨铂、氨甲喋呤、丝裂霉素、噻替哌、长春新碱、呋氟脲嘧啶、自力霉素、喜树碱或喜权碱内酯等。还可选用转移因子、兔疫核糖核酸、卡介苗、短小棒状杆菌疫苗、左旋咪唑、病毒减毒疫苗以及自体或异体肝癌瘤苗等作为免疫治疗。

中成药

●对伴有肝硬化或体弱年迈者，为减少化疗、放疗副作用和提高疗效，可选用肿节片或羟基斑蝥胺。

验方

●大蟾蜍 1 只。将蟾蜍皮剥下，刺破皮棘，反贴于肝区，20 天后取下，如皮肤起泡可涂以龙胆紫，同时口服蟾皮粉，每次 1 克。

●壁虎 2 只。将壁虎焙干研末，每次口服 0.5～1.5 克。清热解毒，化瘀消结。用治肝癌。

●鳢鱼 1 条，绿矾 20～35 克。将鱼洗净，纳绿矾于腹内，放炉灶上煨熟，绿矾溶后渗入鱼肉内，再将鱼烘干，然后吃鱼干，每日 3～5 次，每次 30～50 克。用于肝癌及肝硬化腹水。

●苦参 15 克，丹参 12 克，小豆根 12 克，紫草根 30 克，茯苓 30 克。水煎服，日二次分服。养血清热，用治肝癌。

●三白草 60 克，大蓟、地骨皮各 30 克。水煎、每日二次分服。

●田螺肉 10 枚，七叶一技花 3 克。二物同捣烂如泥，加冰片调匀，作饼状敷贴脐部，每日一次。用治肝癌及肝硬化腹水。

●半枝莲 30 克，半边莲 30 克，黄毛耳草 30 克，苡仁 30 克，天胡妥 60 克。水煎，每日 1 剂，分二次服。解毒散结，用治肝癌。

●蜈蚣 100 克，蜣螂、地鳖虫、地龙、鼠妇虫各 300 克共研细末，加辅料制成水蜜丸，每日 5 克，分次温开水送下。治疗肝癌。

●天性草根、野芥菜根各 100 克。二药分别水煎，去渣后加白糖适量饮服。上午眼天性草根，下午服野芥菜根。用治肝癌。

●蟾酥 100 克，白英 500 克，丹参 100 克，大黄 180 克，石膏 250 克，黑矾 60 克，明矾 120 克，青黛 500 克，黄丹 200 克，冰片 200 克，马钱子、五倍子、全蝎、蜈蚣各 100 克，紫草 300 克，二丑 300 克，甘遂 300 克，水蛭 60 克，乳没 150 克，夏枯草 200 克，共研细末，制成膏剂，外敷肝区，7 日一换。用治肝癌。

●生鳖甲 30 克，丹参 30 克，干蟾皮 30 克，生山楂 30 克，半枝莲 30 克，炙全蝎 5 克，山棱 15 克，莪术 15 克，菴䕡子 15 克，水蛭 10 克，狼 6 克，水煎服，每日一剂。用治肝癌。

●半枝莲 30 克，半边莲 30 克，黄毛耳草 30 克，天胡荽 60 克，薏米仁 30 克，水煎服每日一剂，分三次服。用治肝癌。

●白术 20 克，当归 30 克，山茨菇 30 克，昆布 12 克，海藻 12 克，半边莲 30 克，白花蛇舌草 25 克，山棱 10 克，太子参 30 克（人参效果更佳）。用治肝癌。

●穿山甲末 100 克，乳香、没药各 20 克，鸡矢藤挥发油 0·5 毫升，冰片少许。将乳香、没药侵入乙醇 500 毫升中 20 天备用。穿山甲 100 克研末，喷入乳香没药液 70 毫升，烘干，再加入鸡矢藤挥发油、冰片少许，食醋调敷脐部，5～7 天换药 1 次。主治肝癌疼痛。

●三棱 12 克，地鳖虫 12 克，天南星 12 克，王不留行 12 克，川乌 12 克，草乌 12 克，樟脑 3 克，红花 10 克，桃仁 8 克，石硝 3 克。上药研细末，醋调外敷痛处。主治癌性疼痛。

●制乳、没各 30 克，龙胆草 15 克，煅寒水石 60 克，铅丹 15 克，冰片 15 克，密陀僧 30 克，干蟾皮 30 克，公丁香 15 克，雄黄 15 克，细辛 15 克，大黄 30 克，姜黄 50 克，生南星 20 克。共研细末，和匀。用时取适量药粉调入凡士林内，摊于纱布上，贴敷肿块部位，隔日 1 换。主治肝癌、肝肿大、肝区疼痛。

●鲜弥猴桃根 100 克，瘦猪肉 200 克，炖熟吃肉喝汤，隔日 1 付。用治肝癌。

●半边莲 30 克，半枝莲 30 克，黄毛耳草 30 克，苡仁 30 克，天胡荽 60 克。水浓煎内服。用治肝癌。

●紫金锭 6 克，青黛 12 克，牛黄 12 克，野菊花 60 克。共研细末，每次 3 克，每日 3 次。用治肝癌。

肺癌

肺癌为呼吸道常见的癌症之一。早期肺癌多于胸透时偶然发现，常因与肿结核混淆而被误诊。临床表现为阵发性刺激干咳，痰少而清稀，痰中带血或咯血，胸痛、憋气，发热，声音嘶哑等。

治疗

西药

●小细胞未分化癌，可选用环磷酰胺、长春新碱、甲基苄肼和泼尼松（或强的松）；鳞癌用环磷酰胺、氨甲喋呤、长春新碱和博莱霉素（或争光霉素）；腺癌用丝裂霉素（或自力霉素）、氟脲嘧啶和长春新碱。此外，还可加用卡介苗、左旋咪唑、短小棒状杆菌菌苗等免疫治疗。

验方

●麻油 150 克，生姜 150 克，菠萝蕊 150 克，杉木 225 克，米酒 1 碗，白公鸡 1 只。加水 5 碗，共煮熟。食鸡喝汤。主治肺癌。

●蘑菇 30 克，野葡萄根 60 克，蜂蜜适量。前二药水煎，加蜜调服。主治肺癌。

●半枝莲 30 克，白英 30 克。水煎，每日一剂，二次分服。清热解毒。主治肺癌。

●核桃树枝 60 克，草河车 3 克，女贞子 30 克，白花蛇舌草 30 克，淡竹茹 30 克。水煎，每日一剂，分二次服。养阴清热，化毒散瘀。治疗肺癌有较好疗效。主治肺癌。

●龙葵 0.5 公斤（鲜品）或 200 克（干品）。水煎服，每日 1 剂，分二次服。对肺癌有一定抑制作用。主治癌性胸水。

●赤练蛇粉 30 克，天南星 30 克，白芨 30 克，凤凰衣 30 克，广陈皮 30 克，瓜蒌 30 克，北沙参 60 克，酒洋参 15 克，炙鳖甲 45 克，制乳没 20 克，辰砂 12 克。共研细末，每日 3 次冲服，每次 1 克。主治肺癌。

●蟾蜍胆，每次 5 只，每日 2 次，连服 2 月。用治肺癌。

●紫草根 60 克，七叶一枝花 60 克，前胡 30 克，人工牛黄 10 克。前三味制成流浸膏，干燥研细加牛黄和匀，每次 2 克，每日 3 次。主治肺癌。

胃癌

胃癌是生长在胃组织上的恶性肿瘤，占消化道肿瘤的二分之一，多为腺癌，粘液样癌。胃癌可能与饮食不洁，嗜好烟酒，慢性胃病，胃手术史及遗传因素有关。症状为胃中嘈杂、呕逆暖气，胃院疼痛，朝食暮吐、暮食朝吐，食后剧痛，心下痞块，压痛刺痛，吐血便血，消瘦等症。

治疗

西药

●化学药物治疗主要用于手术前、手术中、手术后和胃癌晚期不能手术者，可选药物有 5-氟脲嘧啶、呋氟脲嘧啶、丝裂霉素 C、双氯乙亚硝脲（卡氮芥）、氯乙环已亚脲、甲基氯乙环己亚脲、环磷酰胺、阿糖胞苷、阿霉素、色霉素、喜树碱等。

中成药

●胃癌患者化疗时，为减轻化疗的毒性反应并提高远期疗效，可选用酶花点舌丸。

验方

●向日葵梗心 5～6 克。水煎服，日服 1 次。用治胃癌。

●金刚刺 2.5 公斤，荠菜 2.5 公斤，蛇莓 1.25 公斤，枳壳 0.5 公斤，广木香 0.25 公斤。诸药洗净加水煎两小时，纱布过滤，药渣再加水煮沸两小时，合两次滤液，浓缩至 4000 毫升，加蔗糖及防腐剂，溶后过滤，每次服 50 毫升，每日三次。理气通结。对胃癌有效。

●棉花根 60 克，半枝莲 60 克，藤梨根 60 克，白茅根 15 克，连钱草 15 克，大枣 3 个。上药水煎取汁，装入暖水瓶中，每次取适量，分多次服用，一日服完一剂。用治胃癌。

●藤梨根 90 克，水杨梅根 90 克，虎杖根 60 克，焦山楂 6 克，鸡内金 6 克。水煎二次，合于一起，分二次服用。解毒消积。对胃癌有效。

●黄药子 500 克，天葵子 500 克，算盘子 500 克。将黄药子适当粉碎，与天葵子、算盘子煎汤浓缩，加辅料制片，口服每次 5～10 片，每日三次。对胃癌有效。

●白花蛇舌草 30 克，蜀羊泉 30 克，龙葵 15 克，黄毛耳草 15 克。水煎服，每日一剂，分三次服用。清热解毒。用治胃癌。

●干蟾皮 0.5 克，儿茶 0.5 克，元胡 0.3 克，云南白药 0.4 克。上药共研末，每次 1 克，每日服用一次，一周后每次剂量加至 1.2 克，两周加至 1.4～1.5 克。有一定毒性，三周为一疗程，呕吐者减量，严重者停药。

●大活鲫鱼 1 条，蒜适量。鲫鱼去内脏留鳞，大蒜切片，填满鱼腹，纸包泥封，烧存性，研细末，每服 5 克，用米汤送下，每日 2～3 次。对食道癌、胃癌、肠癌有一定疗效。

●黄鼠狼。清水煮黄鼠狼，不加油盐。两天吃一只，顿服。主治胃癌。

●鲜桑白皮 30 克，米醋 150 克。将鲜桑白皮加入米醋中炖 1 小时后一次服下，或分数次服完。主治胃癌。

喉癌

喉癌大体分为乳头型、结节型、溃疡型三种类型。表现为喉间肿物、溃烂出血、咳嗽、吞咽不利、声音嘶哑等症。

治疗

验方

●苡仁适量。煎汤饮服，每日二次。主治喉癌

●深绿卷柏干品 30～50 克（鲜品 90～120 克），瘦猪肉 30～60 克。水煎，分二次服。药量可适当增减。治喉癌有效。主治喉癌

●金刚藤 125 克，夏枯草 50 克。水煎，分二次服。清热散结。主治喉癌

●紫雪散、犀角、羚羊、生石膏、寒水石、升麻各 30 克，玄参 60 克，甘草 20 克，沉香 15 克，木香 15 克。共研细末，每次 3 克，每日 2 次。主治喉癌

鼻咽癌

鼻咽癌是生长在鼻咽腔内的恶性肿瘤，其发病原因与病毒、遗传、烟尘、慢性疾病等因素有关。可分为溃疡型、菜花型和浸润型。症状为鼻粘膜充血，溃疡或肿物。

治疗

验方

●十大功劳叶 60 克，鲜石黄皮 120 克，夏枯草 45 克，甘草 9 克。水煎，每日一剂，二次分服。用治鼻咽癌有效。

●韩信草、白花蛇舌、青蒿、算盘子、两面针各 60 克。取鲜品捣碎，加入浓茶绞汁，用蜂蜜调制口服，每日一剂。治鼻咽癌。

●干白花蛇舌草 62.5～125 克。洗净后，加水 2 公斤，煎 4～5 小时，煎得 0.75 公斤，一日内分四次服完，亦可加瘦猪肉同煎，肉汤同用。对鼻咽癌有效。

●牛黄 0.3 克，夏枯草 30 克。夏枯草水煎，牛黄冲服，每日一剂，分二次服下。用治鼻咽癌。

●蜈蚣 3 条，炮穿山甲、土鳖虫、地龙、田三七各 3 克。焙干研末，米酒调成混悬液，每日一剂。对鼻咽癌有效。

●龙葵 30 克，山豆根、山茨茹、白花蛇舌草、土贝母、半枝莲各 20 克，七叶一枝花、木芙蓉、薜荔果各 10 克。每日 1 剂，水煎服。主治鼻咽癌。